**TOSHIBA**

東芝真空圧力 IH 保温釜 家庭用

# 取扱説明書

お料理レシピ付

形　名

[1.0L タイプ]

RC-10VSA

[1.8L タイプ]

RC-18VSA

もくじ



**保証書付**

保証書はこの取扱説明書の裏表紙についていますので、お買い上げ日、販売店名などの記入をお確かめください。

- このたびは東芝真空圧力 IH 保温釜をお買い上げいただきまして、まことにありがとうございました。
- この商品を安全に正しく使用していただくために、お使いになる前にこの取扱説明書をよくお読みになり十分に理解してください。
- お読みになった後は、お使いになるかたがいつでも見られるところに必ず保管してください。

# 安全上のご注意 必ずお守りください

商品および取扱説明書には、お使いになるかたや他の人への危害と財産の損害を未然に防ぎ、安全に正しくお使いいただくために、重要な内容を記載しています。次の内容（表示・図記号）をよく理解してから本文をお読みになり、記載事項をお守りください。

## 表示の説明

⚠警告　「取り扱いを誤った場合、使用者が死亡または重傷*1を負うことが想定されること」を示します。

⚠注意　「取り扱いを誤った場合、使用者が傷害*2を負うことが想定されるか、または物的損害*3の発生が想定されること」を示します。

＊1：重傷とは、失明や、けが、やけど（高温・低温）、感電、骨折、中毒などで、後遺症が残るものおよび治療に入院・長期の通院を要するものをさします。
＊2：傷害とは、治療に入院や長期の通院を要さない、けが、やけど、感電などをさします。
＊3：物的損害とは、家屋・家財および家畜・ペット等にかかわる拡大損害をさします。

## 図記号の説明

禁 止

⃠は、禁止（してはいけないこと）を示します。
具体的な禁止内容は、図記号の中や近くに絵や文章で示します。

指 示

●は、指示する行為の強制（必ずすること）を示します。
具体的な指示内容は、図記号の中や近くに絵や文章で示します。

注 意

△は、注意を示します。
具体的な注意内容は、図記号の中や近くに絵や文章で示します。

## ⚠警告

分解禁止

### 分解・修理・改造をしない

火災・感電・けがの原因になります。
修理はお買い上げの販売店または、東芝家電修理ご相談センターにご相談ください。

交流100Vのコンセントを単独で使う

### 電源は交流 100V で定格 15A 以上のコンセントを単独で使う

交流 100V 以外で使ったり、コンセントを他の器具と同時に使ったり、延長コードを使うと火災・感電の原因になります。

使用禁止

### コードや電源プラグが傷んだり、コンセントの差し込みがゆるいときは使わない

感電・ショート・発火の原因になります。

禁 止

### 炊飯中はふたを開けたり、本体を動かしたり、持ち運びしない

やけど・けがの原因になります。

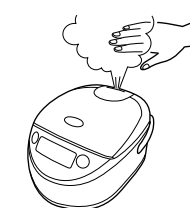
禁 止

### 吸・排気口やすきまにピンや針金などの金属物等、異物を入れない

感電・けがの原因になります。

接触禁止

### 蒸気口に手や顔を近づけない

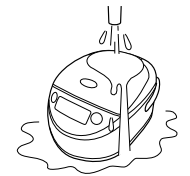
やけどの原因になります。特に乳幼児にはさわらせないように注意してください。
また、炊飯中は蒸気口から高温の蒸気が勢いよく出ますので注意してください。

水ぬれ禁止

### 水につけたり、水をかけたりしない

ショート・感電の原因になります。
本体内部に水が入った場合は、販売店または、東芝家電修理ご相談センターにご相談ください。

禁 止

### 子供だけで使わせたり、幼児の手の届くところで使わない

やけど・感電・けがの原因になります。

（警告つづき）

確実に閉める

### ふたの先端中央を押して「カチッ」と音がするまで確実に閉める
### クランプ部の凹部や本体の枠の上に異物がないか確認してから閉める

ふたが完全に閉まらず、炊飯中にふたが開いたり、蒸気もれなどによるやけど・けがの原因になります。※クランプ部の凹部に入ったご飯粒が固まると、ふたが開かなくなることがあります。
（取り出しかた……39 ページ）

炊飯前に確認

### 炊飯前に、クランプ部、本体の枠の上、内ぶたパッキン、内ぶたのフィルター・圧力調整部・安全弁・逆止弁・真空吸気口にご飯粒などの異物がないことを確認する

ふたが完全に閉まらなかったり、圧力が異常に高まって、炊飯中にふたが開いたり、蒸気もれなどによるやけど・けがの原因になります。

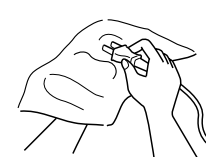
ほこりを取る

### 電源プラグの刃および刃の取付面にほこりが付いているときは、乾いた布でふき取る

火災の原因になります。

無理な扱い禁止

### コードを傷つけない

コードを傷つけたり、無理に曲げたり、引っ張ったり、ねじったり、たばねたり、高温部に近づけたり、重いものをのせたり、挟み込んだり、加工したりすると、コードが破損し、火災・感電の原因になります。

根元まで差し込む

### 電源プラグは根元まで確実に差し込む

感電・ショート・発火の原因になります。

ぬれ手禁止

### ぬれた手で電源プラグを抜き差ししない

感電やけがの原因になります。

## ⚠注意

プラグを持って抜く

### 電源プラグを抜くときは、コードを持たずに先端の電源プラグを持って引き抜く

感電・ショート・発火の原因になります。

医師と相談する

### 心臓用ペースメーカーをお使いの方は、本製品のご使用にあたって医師とよく相談する

本製品の動作がペースメーカーに影響を与えることがあります。

プラグを抜く

### 使用時以外は、電源プラグをコンセントから抜く

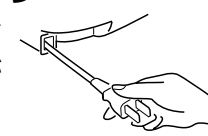
けがややけど、絶縁劣化による感電・漏電火災の原因になります。
お手入れのときも電源プラグをコンセントから抜いてください。

プラグを持って行う

### コードを巻き取るときは電源プラグを持って行う

コードがあたってけがをすることがあります。

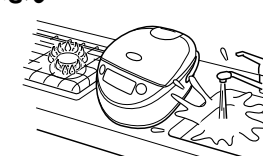
禁 止

### 不安定な場所や熱に弱い敷物の上では使わない

火災の原因になります。

禁 止

### 水のかかるところや、火気の近くでは使わない

感電や漏電、本体の変形や火災の原因になります。

（つづく）

# 安全上のご注意

## ⚠注意

接触禁止

**使用中や使用後しばらくは、高温部（フランジヒータ・内ぶた・蒸気口・内釜・放熱板等）にふれない**

やけどの原因になります。

禁 止

**壁や家具などの近くで使わない**

蒸気または熱で壁や家具を傷め、変形・変色の原因になります。キッチン用収納棚などをお使いのときは、中に蒸気がこもらないようにしてください。

禁 止

**本体を持ち運ぶときは、フックボタンにふれない**

ふたが開いてけがややけどの原因になります。また、炊飯直後などは蒸気口から出る蒸気に注意してください。

禁 止

**ハンドルを持って振らない**

ふたが開いてけがややけどの原因になります。

禁 止

**専用の内釜以外は使わない**

過熱・異常動作の原因になります。

禁 止

**荷重強度が不足しているスライド式テーブルでは使わない**

スライド式テーブルが破損して保温釜が落下し、けがややけどの原因になります。

荷重強度は、1.0L タイプで 15kg 以上、1.8L タイプで 20kg 以上のものをお使いください。

冷えてから行う

**お手入れは本体が冷えてから行う**

高温部にふれると、やけどの原因になります。特に蒸気口は、蒸気があたったり、中に熱い湯がたまっていたりしてやけどをするおそれがあります。

禁 止

**他の電気機器やコンセントに差した電源プラグに蒸気を当てない**

感電・ショート・発火の原因になります。キッチン用収納棚などをお使いのときは特にご注意ください。

禁 止

**フックボタンが重くてふたが開かないときは、無理にフックボタンを押さない**

無理に押してふたが開くと、熱湯の飛び散りなどによる、やけど・けがの原因になります。本体が冷めて圧力が下がるまでお待ちください。

禁 止

**炊込みご飯は早炊きコースで炊かない**

早炊きコースは高い圧力をかけて炊くため、内ぶたに具が詰まりやすくなり、ふたが開かない、変形・破損の原因になります。

禁 止

**おかゆ・玄米は水が多いため、白米・早炊きコースで炊かない**

ふきこぼれ・故障の原因になります。設定を守って炊いてください。

禁 止

**水位目盛より水を増やしすぎない**

ふきこぼれ・故障の原因になります。目盛に対して 2mm 以内が目安です。



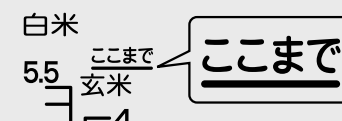
# お願い

**次のような場所で使わない**

故障や、変形・変色の原因となります。

- 吸・排気口をふさぐようなところ。（壁から 10cm 以内の場所、紙・布・アルミ箔・じゅうたん・ビニール袋などの上）
- 傾いているところ。
- 直射日光があたるところ。
- 油などが飛び散るところ。
- 蒸気がこもるところ。

**内釜に表示してある「ここまで」の線以上に水を入れて炊飯・調理をしない**

ふきこぼれの原因になります。

**みそ汁・カレー汁等の汁物は保温しない**
**白米以外の保温はしない**

ふきこぼれたり、内釜が腐食する原因になります。

**豆類を主に使った料理をしない**

故障の原因になります。

**炊飯・保温・本書記載の調理以外の用途に使わない**

特に次のような料理には使わないでください。

- 分量の増える煮豆などの料理。
- 急激に泡の出る重曹などを使う料理。
- のり状になるカレーやシチューのルーなどの料理。
- 多量の油を使う料理。

**フィルター・圧力調整部・安全弁・逆止弁をふさぐようなもの（青菜など）を入れて炊飯しない**

異物が詰まると圧力が異常に高まり、蒸気もれや変形・破損・ふきこぼれの原因になることがあります。
クッキングシート・アルミ箔・ラップなどで落としぶたをしないでください。

**水滴、異物は必ずふきとる**

内釜の外面・温度センサー・ふた温度センサー・内ぶたパッキンなどに異物がついたままで使うと、うまくご飯が炊けなかったり、故障の原因になります。

**ふきんなどをかけて蒸気口をふさいだり、蒸気口の近くに物を置かない**

故障や、ふた・蒸気口・操作パネルの変形や変色の原因になります。

**内釜をガス火にかけたり、電磁調理器などに使わない**

変形や変色し、故障の原因になります。

**空炊きはしない**

故障や過熱、異常動作の原因になります。

**磁気に弱い物を近づけない**

記憶が消えたり、雑音が入ることがあります。

- 磁気カード／磁気テープ類
  キャッシュカード・自動改札定期券・カセットテープなど
- 無線機器
  テレビ・ラジオ・電話など

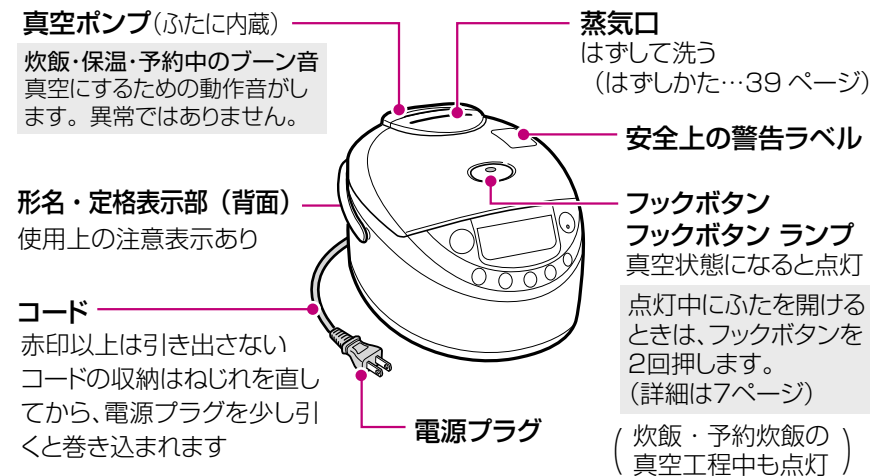
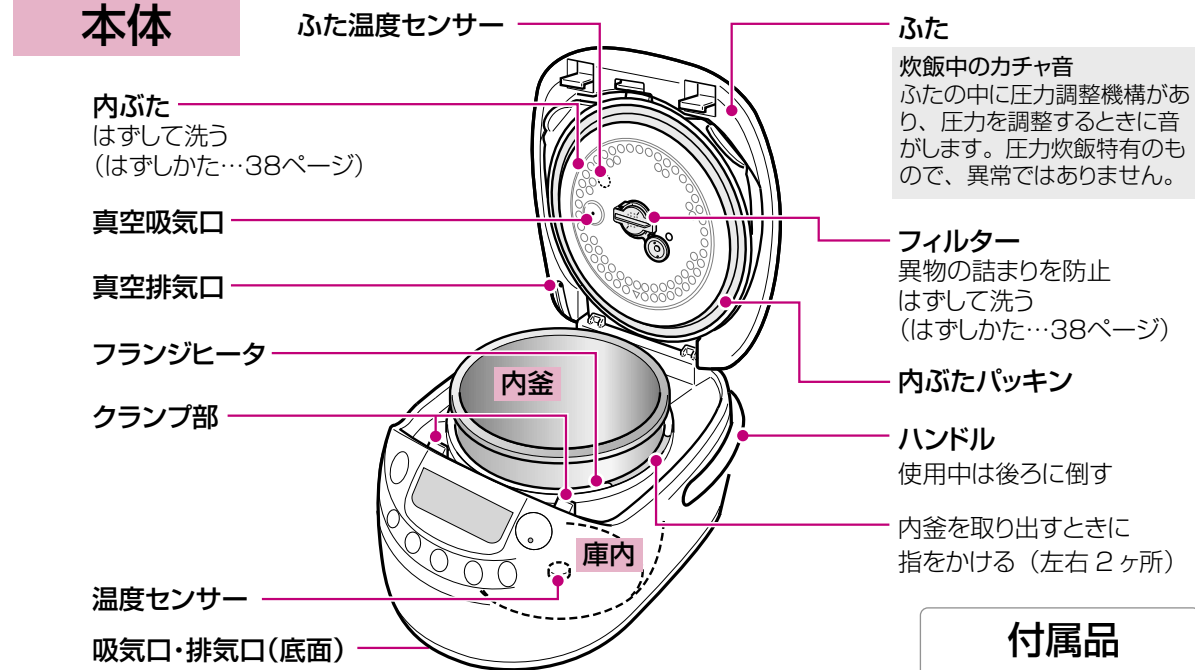
**炊飯・調理後、ふたを開けるときは蒸気や内ぶたから落ちる熱い水滴に気をつけてください**

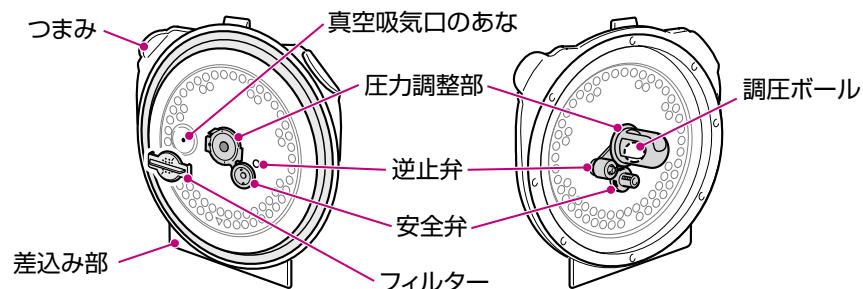
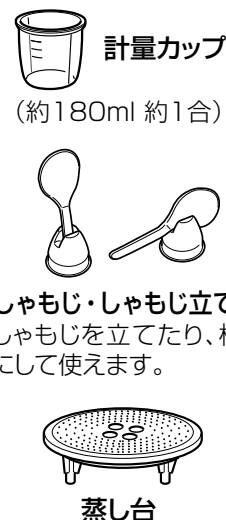
**本体や本体のまわりは清潔にしてご使用ください**

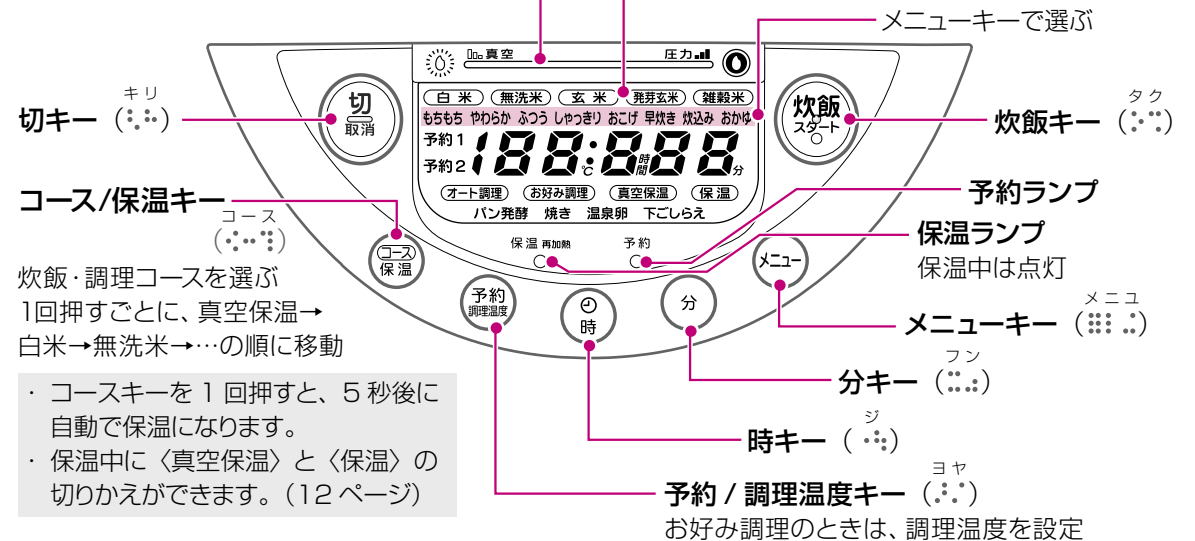
本体には機能・性能を維持するための吸・排気口を設けてありますが、この穴からほこりや虫が入ると故障の原因になることがあります。

**誤って本体を落下させたり、本体の一部に割れ・ゆるみ・がたつきが生じたときは使用を中止し、販売店に点検・修理を依頼してください**

# 各部のなまえ

## 本体

## 内ぶた

- フィルター以外の各部は、はずせません。
- 落としたり、ぶつけたりしないでください。（破損の原因）

## 操作部

●炊飯・切キーに凸マーク、各キーの近くに点字が付いています。

● 電源プラグを抜いているときには、内蔵のリチウム電池で表示部の時計を動かします。
（リチウム電池が消耗したら…44ページ）

### ふたを開ける

フックボタン

圧力式のため、ふたが開くまで少し時間がかかります。

● 保温中など本体が温かいと、冷えているときよりも時間がかかります。

禁 止

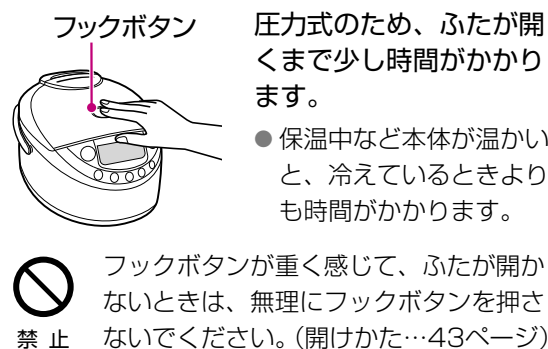
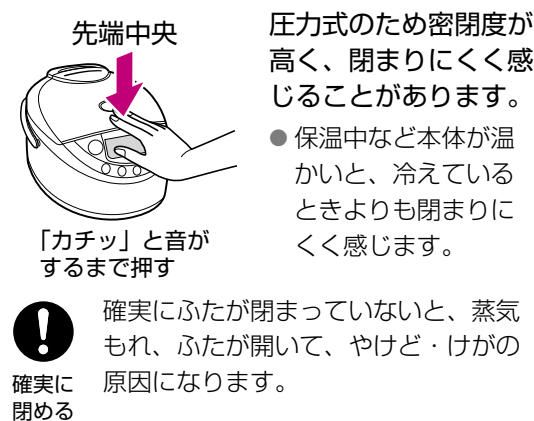
フックボタンが重く感じて、ふたが開かないときは、無理にフックボタンを押さないでください。（開けかた…43ページ）

### ふたを閉める

圧力式のため密閉度が高く、閉まりにくく感じることがあります。

● 保温中など本体が温かいと、冷えているときよりも閉まりにくく感じます。

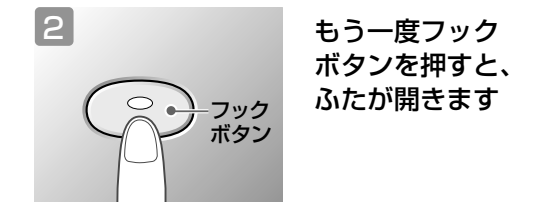
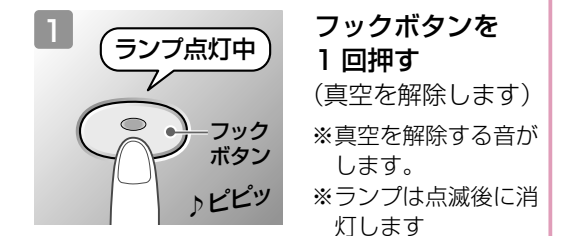
確実に閉める

確実にふたが閉まっていないと、蒸気もれ、ふたが開いて、やけど・けがの原因になります。

### 真空保温中にふたを開けるとき

【フックボタンランプ点灯中】
フックボタンを２回押すと、ふたが開きます。

1 フックボタンを１回押す
（真空を解除します）
※真空を解除する音がします。
※ランプは点滅後に消灯します

ランプ点灯中　フックボタン　♪ピピッ

2 もう一度フックボタンを押すと、ふたが開きます

（フックボタンをゆっくりと押し込んだ場合など、押しかたによっては１回でふたが開くことがありますが故障ではありません。）

【フックボタンランプ消灯中】
フックボタンを１回押すと、ふたが開きます。

## ご飯の炊きかた おいしいご飯のポイント

● 炊飯中は真空･圧力を調整したり、IHが通電するため、ガチャ･ジー･ブーンなどの音がします。
● 真空保温中は真空ポンプが作動するため、一定時間ごとにブーン音がします。

### 準備する → セットする → 炊飯スタート → 炊きあがり

#### 準備する

**1 お米を正しく計る**

付属の計量カップで。

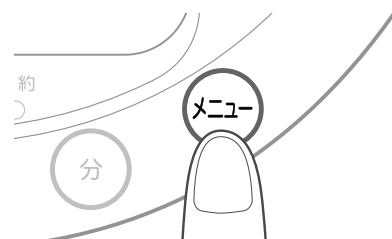
**2 手早く・やさしく洗米**

お米がヌカ分を吸わないように、手早く、お米を割らないようにやさしく洗います。
割れ米はべちゃつきの原因になります。

**3 お好みに合わせて、水の量を調整**

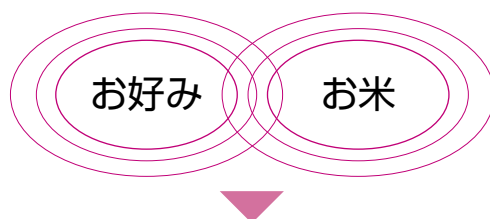
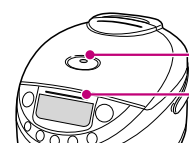
（目盛に対して 2mm を目安に増減）

水を少なめにすると → かためのご飯
水を多めにすると → やわらかめのご飯

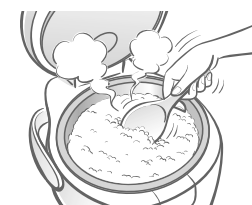
#### セットする

ご家庭に合わせて
炊きわけメニューを変える

もちもち やわらか ふつう しゃっきり おこげ

（16 ページ）

#### 炊飯スタート

真空 でしっかり浸して、
圧力 IH で、ふっくらと
おいしく炊きあげます

炊飯キーを押すとフックボタンランプ*1 と青色インジケータ*2 が点灯します。圧力がかかると赤色インジケータ*3 が点灯します。

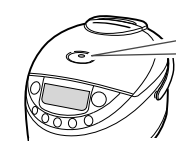
（炊飯コース・炊飯量・水量などにより各ランプの点灯時間は変わります。）

＊1：真空になっている間点灯します。
＊2：真空ポンプが止まると消灯します。
＊3：点灯したままではなく、点灯したり消灯したりします。

#### 炊きあがり

すぐにご飯全体をほぐして
余分な水分を逃がしましょう

ふっくらとしたご飯になり、
保温中のご飯のかたまりを防ぎます。

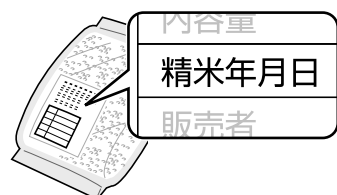
**真空保温**

空気をぬいて密閉することにより、
保温ご飯のおいしさを保ちます。

真空状態になると、フックボタンランプが点灯します。
（炊きあがり直後には点灯しません）

（詳しくは 13 ページをご覧ください）

### お米と水について

**お米を買うとき**

精米日付が新しいものを選び、２週間 ～ １ヶ月くらいで食べきれる量を買いましょう。

**お米の保存**

涼しく暗い所が適しています。
密閉容器などに入れて、酸化を防ぎましょう。

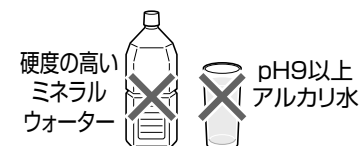
**お米はさまざま**

銘柄の他、産地や保存のしかたによっても、お米の状態は異なります。
炊きわけメニューを変えたり、水の量を変えてみましょう。

**お米のザル上げはしない**

洗米後のザル上げ放置は避けましょう。
お米にヒビが入ってご飯がべちゃつきます。

**炊飯に適さない水**

硬度の高いミネラルウォーターは、ぱさつき・かたいご飯になります。
アルカリ水（pH9 以上）は、黄変したり、べちゃついたご飯になります。

**水温は 30℃以下**

おいしく炊くために、水温は 30℃以下にしてください。
夏場の予約炊飯のときなどは、冷水をおすすめします。

# ご飯の炊きかた 基本の手順

## 1 お米を計る

付属の計量カップで

- すりきり 1 カップ約 180ml（約 1 合）。
- 料理用の計量カップ（200ml）や計量米びつでは、誤差がでることがあります。

## 2 お米を洗う

水が澄むまで手早く

①最初にたっぷりの水を加えてさっとかき混ぜ、すぐに水を捨てる。
②お米どうしを軽くすり合わせるように、「とぐ」→「水で洗い流す」をくり返す。
- 内釜でお米を洗えます。（泡立て器などは使わない）

## 3 水加減をする

お米のカップ数の目盛まで
お好みで水の量を増減

- 水を少なくするとかために、多くするとやわらかめになります。
- 目盛に対して 2mm 以内を目安に増減してください。
多すぎるとふきこぼれたり、少なすぎるとうまく炊けないことがあります。
- 長く浸すとやわらかめになったり、こげやすくなります。

## 4 ふたを閉める

⚠警告

内釜外面の水分をふきとって

「カチッ」と音がするまで押す

- 各部に異物が付いていないか確認してください。（下記参照）
- 内ぶた・フィルター・蒸気口を必ず付けてください。
- ふたの開閉について、詳しくは 7 ページをご覧ください。

## 5 炊飯開始

メニューを確認して
炊飯キーを押す

- 圧力炊飯のため、炊きあがるまでふたはロックされます。
- むらしになると炊飯ランプが点滅します。（表示は炊きあがりまでの残時間）
- むらし時間はコースによって異なります。（5 ～ 15 分）

必ずふたを閉めてから、炊飯キーを押してください。炊飯キーを押してからふたを閉めると確実に閉まらず、炊飯中にふたが開きます。

## 6 ブザーが鳴ったら炊きあがり

- 保温ランプが点灯します。（工場出荷時は〈真空保温〉コースになっています）
- 保温は 40 時間までにしてください。
- 使用後は切キーを押して、電源プラグを抜いてください。
（保温中のフックボタンランプの点灯については 13 ページをご覧ください）

■保温をやめてからすぐに炊くとき / 連続して炊くとき

庫内や内ぶたを人肌程度に冷ましてから炊飯してください。あたたかいままで炊飯すると、炊飯開始時にフックボタンランプが点灯しなかったり、うまく炊けないことがあります。

■お米と水加減の目安

| 新米 | 少なめ |
|---|---|
| 胚芽米 | 目盛通り |
| 古米<br>梅雨どき以降 | 多め |

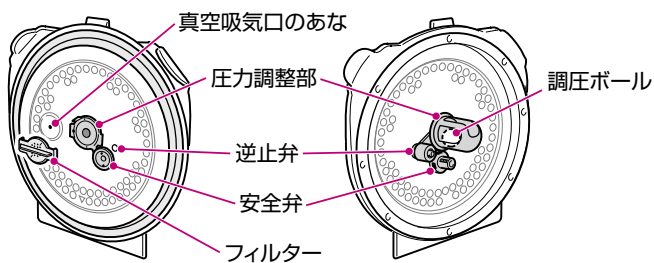
■炊飯中は、フックボタンを押してもふたは開きません

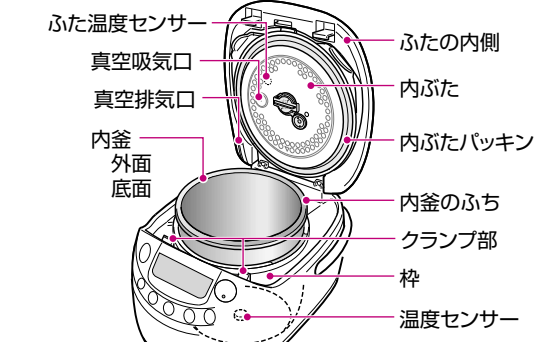
- むらし中（炊飯ランプ点滅）も、フックボタンを押してもふたは開きません。
➡ やむをえず途中でふたを開けるとき ……13ページ

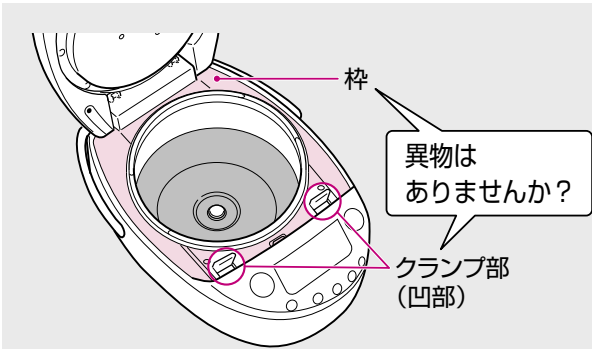
**詳しい使いかた**



## ⚠警告 ❗炊飯前に確認してください

■内ぶたに異物が詰まっていませんか？

上図の各部にご飯粒などの異物が詰まっていると真空にならなかったり、圧力が異常に高まって、炊飯中にふたが開いたり、蒸気もれなどによるやけど・けがの原因になります。（確認のしかた…38 ページ）

■異物・水滴が付いていませんか？

異物・水滴が付いていると、うまく炊けない・ふたが閉まらない・蒸気もれなどによるやけど・けがの原因になります。

## ⚠警告 ❗炊飯前に確認してください

異物を取り除く

『クランプ部の凹部』や『本体の枠の上』に異物が付いたままふたを閉めると、炊飯中にふたが開いてやけど・けがの原因になります。
※ご飯粒が固まるとふたが開かなくなることがあります。

# 保温について

ご飯が炊きあがると保温になります。(フックボタンランプはすぐに点灯しません)
保温のコースは〈真空保温〉と〈保温〉があります。(工場出荷時は〈真空保温〉コースに設定されています)
保温をやめるときは切キーを押してください。

(切状態になると、保温ランプ(オレンジ色)が消灯し、表示部は現在時刻になります。
真空保温 または 保温 は表示したままです。)

## 保温コースの選びかた　保温中に選びます。(切状態では選べません)

操作

保温中に  を"1秒以上"押すと
保温コースが変わる

【真空保温】

【保温】

真空保温中の音が気になるときなどには、〈保温〉コースに切りかえることができます。〈保温〉コースは保温中に真空になりません。

● 選んだ保温コースは記憶され、次回炊きあがると前回選んだ保温コースになります。

## 切状態から、保温にしたいとき

操作

 を1回押し、〈真空保温〉に合わせる

5秒後
自動で保温

【表示は保温経過時間】

● 〈真空保温〉が点滅し、5秒どのキーも押さないと自動で保温になります。
● 〈保温〉コースが記憶されているときは〈保温〉になります。
● 〔保温ランプ〕が点灯。
(時キーを押している間は現在時刻を表示。)

## 保温中のご飯を再加熱して、あたたかくしたいとき

操作

保温中のご飯をほぐして、ふたを閉める

を押すと、再加熱を開始(9分間)

➡ ブザーが鳴って終了(保温に戻る)

● 完了までの残時間を表示。
〔保温ランプ〕は点滅。

**お知らせ**

● 再加熱を途中でやめるときは、炊飯キーを押してください。保温に戻ります。
● ご飯の量が多すぎると十分にあたたまりません。
● 次のような再加熱はしない。
・再加熱をくり返す(乾燥、黄ばみの原因)
・冷えたご飯の再加熱(腐敗の原因)

## 〈真空保温〉コースについて

保温中に空気をぬいて密閉することにより、保温ご飯のおいしさを保ちます。

● 保温ご飯の状態は、ご飯の量やふた開閉回数などにより異なります。また、洗米が不十分な場合は黄変しやすくなります。
● 真空状態を保つため、一定時間ごとに真空ポンプのブーンという音がします。異常音ではありません。

## フックボタンランプについて

真空状態になると、フックボタンランプが点灯します。

● 炊きあがってから数時間*、ふた開閉後30分間、保温41時間以降は、フックボタンランプは点灯しません。(真空状態になりません)
*2～6時間程度で、ご飯の量やほぐし具合により異なります。ご飯の量が多いときは長めになります。

## ふたを開けるとき

● フックボタンランプ点灯中は、フックボタンを2回押すとふたが開きます。(詳細は7ページ)
● フックボタンランプ消灯中は、1回押すだけで開きます。

## 保温ご飯をおいしく食べるために

● 次のような保温をしない。
・40時間以上の保温(〈真空保温〉コースの場合)(〈保温〉コースのときは24時間まで)
・白米以外の保温(炊込みご飯、発芽玄米、おかゆ、おこわなど)
・しゃもじを入れたままの保温(雑菌が入り、においの原因)
・冷えたご飯の保温(腐敗の原因)
● 炊きあがったら、すぐにご飯をほぐしてください。(ご飯のかたまりを防止)
● 保温中のご飯のべちゃつきが気になるときは、ご飯粒が内釜側面に残らないようにしてください。また、ときどきご飯を混ぜてください。
● 少量のご飯は、中央によせるとべちゃつきや乾燥がやわらぎます。

長時間保温のお知らせ

保温中、表示が点滅したら、保温を中止してください。
● 長時間保温は、ご飯のべちゃつき・におい・変色の原因。(41時間以上で表示が点滅)

## 途中でふたを開けるとき
### (途中で切キーを押したとき)

**⚠警告**

接触禁止

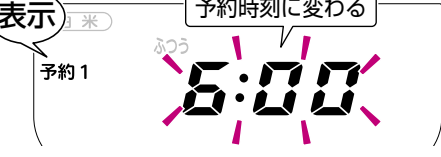
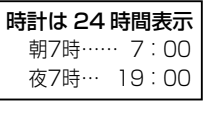
**蒸気口に手や顔を近づけない**
やけどの原因になります。
加圧中に切キーを押すと、圧力を下げるため蒸気口から高温の蒸気が勢いよく出ますので注意してください。

炊飯中・下ごしらえ中は、安全のためふたがロックされています。フックボタンを押してもふたは開きません。
やむをえず途中でふたを開けるときは、次の手順に従ってください。
● 途中で切キーを押した場合も、以下のようになります。

1 **蒸気口の近くに手や顔がないことを確認する**

2 **切キーを押す**(♪ピッピッピッピッ)
2分間、お待ちください
● 蒸気口から蒸気が勢いよく出ます。
● 表示は2:00からのカウントダウンになります。(炊飯ランプ点滅)カウントダウンが終わるまで、ふたを開けることはできません。
※ただし、切キーを押して♪ピーと鳴ったときは、ふたを開けることができます。

3 **ブザーが鳴ったら、ふたを開けることができます**

禁止

フックボタンが重く感じて、ふたが開かないときは、無理にフックボタンを押して開けようとしないでください。本体が冷えて内部の圧力が下がるまでお待ちください。(約40分)

● 無理に押してふたが開くと、熱湯などが飛び散り、やけど・けがの原因になります。

※炊飯・調理を続ける場合は、はじめから操作をやり直してください。この場合、うまくできなくなることがあります。

# 予約炊飯のしかた

ご飯の炊きあがる時刻を予約します。
2 通りの予約時刻を記憶することができるので、朝食用と夕食用などとして使いわけできます。
14 時間以上の予約や、炊込みご飯・発芽玄米・雑穀米の予約はしないでください。

## 準備

**現在時刻が合っているか確認します**
- 現在時刻がずれていると、予約時刻に炊きあがりません。

**内釜を本体に入れて、ふたを閉めます**
- 内釜を本体に入れないと、予約できません。
- 炊飯キーを押してからでは、ふたを閉められません。

## 操作

**1 炊きたいものに合わせて（コース保温）や（メニュー）で炊飯コースを設定する**
- 〈白米〉〈無洗米〉〈玄米〉〈おかゆ〉〈玄米がゆ〉の予約ができます。
- **玄米・おかゆ・玄米がゆは必ず炊飯コースを合わせてください。**
（他の炊飯コースで炊くと、ふきこぼれ・やけどの原因）

**2 （予約 調理温度）を押す**

表示　予約時刻に変わる
予約1　ふつう　6:00

- 予約キーを押すたびに**〔予約 1〕**と**〔予約 2〕**の表示が変わる。

**3 （時）（分）で炊きあがり時刻を合わせる**

| 時計は 24 時間表示 | |
|---|---|
| 朝7時…… | 7：00 |
| 夜7時… | 19：00 |

炊きあがりの時刻
予約1　ふつう　7:30

【朝 7:30 にセットするとき】

- 10分単位で設定できます。
- **時・分**キーは、押したままでいると早送りになります。
- 予約時刻を記憶するので、同じ予約時刻のときは、省略できます。

**4 （炊飯スタート）を押す　予約完了**

※すぐに真空ポンプが作動し、数分間音がします。
※フックボタンランプが点灯し、予約途中で消灯します。

➡ **予約時刻になると炊きあがります**

- 〔予約ランプ〕は点灯、〔炊飯ランプ〕は消灯。
- 炊飯キーを押さないと「♪ピッピッピッピッ」とお知らせ。（予約が完了していません）

**予約を取り消すとき 操作を間違えたとき**
**を押す**

〈玄米〉〈おかゆ〉〈玄米がゆ〉の予約を設定しなおすときは、再度炊飯コースも選び直してください。

## 予約できるメニューと時間を確認してください

- 炊込みご飯・発芽玄米・雑穀米は予約しない。（うまく炊けない、腐敗の原因）
- 14時間以上の予約はしない。（夏場は 8時間まで）長時間の予約はお米が発酵し、においの原因になります。
- 1～ 2時間以内の予約は、すぐに炊飯が始まります。

## 〔予約 1〕と〔予約 2〕の使いわけ

- 2通りの予約時刻を記憶することができます。

| 例） | 朝食用に…〔予約 1〕 | 6:30 |
|---|---|---|
| | 夕食用に…〔予約 2〕 | 19:00 |

を押すたびに〔予約 1〕⇔〔予約 2〕になるので、予約時刻を合わせ直す手間が省けます。

## ご飯の炊きあがりについて

- 予約炊飯ではお米のデンプン質が沈澱するため、底のご飯がうっすらときつね色になることがあります。気になるときは、お米をよく洗うとやわらぎます。
- ご飯がやわらかめに炊きあがるときは、お好みにより水を少なめにしてください。
- 室温や水温が低いときは、炊きあがりが 10 分ほど遅れる場合があります。（予約時刻を過ぎると炊きあがりまでの残時間を表示します。むらし前に予約時刻になった場合は現在時刻を表示します）

## お知らせ

- 炊飯が始まると〔炊飯ランプ〕が点灯し、炊きあがるまで予約時刻を表示します。（むらしになっても〔炊飯ランプ〕が点滅したり、炊きあがりまでの残時間を表示しません）
- 予約中炊飯ランプが消灯している間は炊飯が始まる前なので、フックボタンランプ点灯中でもフックボタンを 2 回押すとふたを開閉できます。真空は解除されますが、予約時刻には炊きあがります。（炊飯ランプが点灯したら、ふたを開けることはできません）
- 予約中に時キーを押すと表示は現在時刻になり、炊きあがりまでの時間を音の組合せでお知らせします。♪ピロロ：5時間、♪ピッ：1時間、♪ピピッ：始めと終わりの合図（1時間未満は 1時間にくり上げ）
- **炊飯キーを押して予約炊飯をセットするとすぐに真空ポンプが作動し、フックボタンランプと青色インジケータと予約ランプが点灯します。**青色インジケータは真空ポンプが止まると消灯し、フックボタンランプは真空が解除されると消灯します。フックボタンランプの点灯時間は炊飯コース・水温・予約時間などにより異なります。〈玄米〉の場合は、フックボタンランプの点灯時間が長くなります。

## 時計の合わせかた

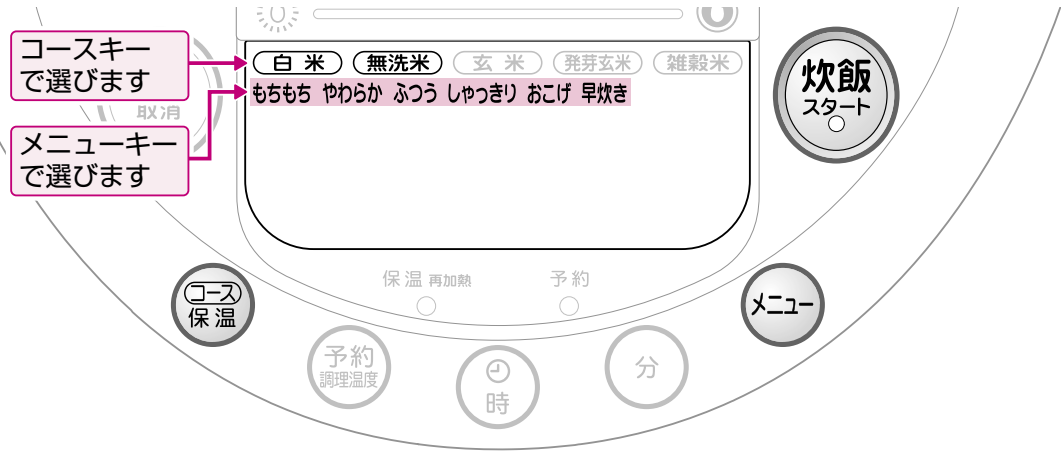
時計は 24 時間表示（夜 12 時…0:00 ／昼 12 時…12:00）

**1 電源プラグを差し込み、（時）を“1 秒以上”押す**
表示が点滅。

**2 （時）（分）で時刻を合わせる**
押したままでいると早送りになります。

**3 （切 取消）を押すと完了**
表示の点滅が止まる。

- 時・分キーの操作音は次のようになります。
  - 0時 …………… ♪ピロロ
  - 12時 ………… ♪ピロロ、ピロロ
  - 10分ごとに … ♪ピー
  - 00分 ………… ♪ピロロ

# 白米／無洗米の炊きかた・早炊き

操作

## 1 メニュー で炊きわけメニューを選ぶ

炊きたいメニューを点滅させる

※早炊きもメニューキーで選びます。

白米
もちもち やわらか ふつう しゃっきり おこげ 早炊き
8:00

- メニューキーを押すたびに、〔メニュー表示〕が変わる。
- 〈白米〉〈無洗米〉が選択されているときに、炊きわけメニューが選べます。
  （〈発芽玄米〉などが選択されているときは選べません。）

■ 無洗米を使うとき

コース 保温 で〈無洗米〉に設定する

〈無洗米〉を点滅させる

白米　無洗米　ふつう　真空保温

- コースキーを押すたびに、真空保温→白米→無洗米…の順で選択が変わります。

〈真空保温〉が点滅して5秒経つと、自動的に保温になります。コースキーを押したら続けて押してください。

- 白米を使うときは、〈白米〉に設定しなおします。

## 2 炊飯 スタート を押すと、炊飯開始

- 〔炊飯ランプ〕点灯。

■炊飯容量（カップ）

| | 白米・無洗米 | 早炊き |
|---|---|---|
| 1.0L タイプ | 0.5～5.5 | 0.5～4 |
| 1.8L タイプ | 1～10 | 1～6 |

■炊飯時間の目安（100V、室温・水温 20℃、標準の水加減の場合）

| もちもち | やわらか | ふつう | しゃっきり | おこげ | 早炊き |
|---|---|---|---|---|---|
| 65～75分 | 65～75分 | 45～60分 | 35～50分 | 60～70分 | 14～34分 |

〈無洗米〉を選んだときは、5分ほど長くなります。



お好みやお米の銘柄に合わせてメニューを選びます

■お好みで

やわらかめ ←→ かため

| もちもち | やわらか | ふつう | しゃっきり | おこげ |
|---|---|---|---|---|
| 粘りがある もちもちご飯 | やわらかく ほんのり甘いご飯 （古米におすすめ） | かたさと粘りの バランスがよいご飯 | しゃっきりと 歯ごたえのあるご飯 （新米におすすめ） | 香ばしい おこげ風ご飯 |

■お米の銘柄　次のようにおすすめします。

かたい炊きあがりになりやすい米 ←……→ 粘りがでやすい米

| やわらか | ふつう | しゃっきり |
|---|---|---|
| きらら 397、むつほまれ、ほしのゆめ、日本晴、つがるロマン など | コシヒカリ、ひとめぼれ、ヒノヒカリ、はえぬき、ササニシキ、あきたこまち、キヌヒカリ、ブレンド米 など | 魚沼産コシヒカリ、ミルキークイーン など |

- お好みのご飯に炊けないときは
  やわらかいとき　→ 水を少なめにしたり、〈しゃっきり〉で炊いてください。
  かたいとき　　　→ 水を多めにしたり、〈やわらか〉で炊いてください。
- 水加減は、水位目盛に対して 2mm以内を目安に増減してください。
- 〈おこげ〉コースのおこげは､底のご飯がうっすらときつね色になります。おこげの色は米質･洗米･水加減で多少変わります。
- お米の銘柄がわからないときや、この図にないお米の銘柄は〈ふつう〉でお試しください。
- 産地や栽培方法、気象条件などによって、お米の性質は変わることがあります。

### 無洗米は…

- 水を入れたら底からかき混ぜて、お米と水をなじませてください。白く濁るときは、1～ 2回すすぐことをおすすめします。（うまく炊けない、きついこげ、ふきこぼれを防止）
- 水位目盛は「無洗米」に合わせて、コースキーで〈無洗米〉に設定して炊飯してください。

### 早炊きは…　白いご飯を炊くときに使用

- 炊飯時間を優先しているため、ご飯が少しかためになったり、やや水っぽい炊きあがりになることがあります。気になるときはあらかじめお米を浸したり、保温になってからもしばらくむらしてください。
- **次のような早炊きはしない。**
  炊込みご飯／玄米／おかゆ／おこわ／白米･無洗米以外のお米

炊飯量
4カップまで（1.0Lタイプ）
6カップまで（1.8Lタイプ）

# いろいろなご飯の炊きかた・おかゆ

## 操作

**1** コース保温 メニュー **で炊きたい設定にする**

キーを押したときに点滅している表示が、選択されている設定です。

〈真空保温〉が点滅して5秒経つと、自動的に保温になります。コースキーを押したら続けて押してください。

**2** 炊飯スタート **を押すと、炊飯開始**

● 〔炊飯ランプ〕点灯。

### お願い

- 「ふきこぼれ」「うまく炊けない」を防ぐために、設定を守って炊いてください。
  特に早炊きはしない。（ふきこぼれ、異物の詰まりによる変形・破損の原因）
- 保温はしない。（ご飯の変質、内釜腐食の原因）
- 具を入れたり、白米・無洗米・玄米以外のお米は、予約炊飯しない。（うまく炊けない、腐敗の原因）

■炊飯容量（カップ）

| | 炊込み | おこわ | すしめし | 玄米 | 発芽玄米・分づき米 | 雑穀米・胚芽米 | 全がゆ・玄米がゆ | 5分がゆ |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| 1.0Lタイプ | 1～4 | 2～4 | 1～5.5 | 1～4 | 1～4 | 1～4 | 0.5～1.5 | 0.5～1 |
| 1.8Lタイプ | 2～6 | 3～6 | 2～10 | 1～8 | 2～8 | 2～8 | 1～3 | 0.5～1.5 |

■炊飯時間の目安（100V、室温・水温 20℃、標準の水加減の場合）

| 炊込み | 炊きおこわ | すしめし | 玄 米 | 発芽玄米 | 雑穀米 | おかゆ | 玄米がゆ |
|---|---|---|---|---|---|---|---|
| 40～55分 | 40～55分 | 40～55分 | 58～80分 | 50～65分 | 55～75分 | 55～75分 | 70～90分 |

### 雑穀類を混ぜるときの設定

| | コース | メニュー |
|---|---|---|
| 白米に → | 雑穀米 | ふつう |
| 玄米に → | 玄 米 | ふつう |
| 発芽玄米に → | 発芽玄米 | ふつう |
| おかゆに → | 白 米 | おかゆ |
| 玄米がゆに → | 玄 米 | おかゆ |

### 具を入れるときの設定

| | コース | メニュー |
|---|---|---|
| 白米に → | 白 米 | 炊込み |
| 玄米に → | 玄 米 | ふつう |
| 発芽玄米に → | 発芽玄米 | ふつう |
| おかゆに → | 白 米 | おかゆ |
| 玄米がゆに → | 玄 米 | おかゆ |

● 炊飯量は少なめにしてください。



## 炊込みご飯

詳しい作りかた…24 ページ

| コース | メニュー | 水位目盛 | お米 |
|---|---|---|---|
| 白 米 | 炊込み | 白米 | 白米 |

炊飯量： 4 カップまで（1.0L タイプ）
　　　　 6 カップまで（1.8L タイプ）

## 炊きおこわ

詳しい作りかた…26 ページ

| コース | メニュー | 水位目盛 | お米 |
|---|---|---|---|
| 白 米 | 炊込み | おこわ | もち米<br>うるち米 |

もち米 2 カップに対し、うるち米 1 カップの割合で炊いてください。

## すしめし

詳しい作りかた…28 ページ

| コース | メニュー | 水位目盛 | お米 |
|---|---|---|---|
| 白 米 | ふつう | 白米すし | 白米 |

「無洗米すし」の水位目盛もあります。

## 玄米ご飯

| コース | メニュー | 水位目盛 | お米 |
|---|---|---|---|
| 玄 米 | ふつう | 玄米 | 玄米 |

玄米は白米に比べて時間をかけて炊飯します。
お米を洗った後、すぐに炊飯できます。

## 発芽玄米ご飯・分づき米

| コース | メニュー | 水位目盛 | お米 |
|---|---|---|---|
| 発芽玄米 | ふつう | 白米 | 発芽玄米<br>白米 |

おすすめ割合…白米 2 カップ：発芽玄米 1 カップ

炊飯量： 4 カップまで（1.0L タイプ）
　　　　 8 カップまで（1.8L タイプ）

● 分づき米もコースを〈発芽玄米〉に合わせます。

## 雑穀米ご飯・胚芽米

| コース | メニュー | 水位目盛 | お米 |
|---|---|---|---|
| 雑穀米 | ふつう | 白米 | 白米<br>雑穀類 |

白米に混ぜる量は、市販の雑穀類の表示に従ってください。

炊飯量： 4 カップまで（1.0L タイプ）
　　　　 8 カップまで（1.8L タイプ）

- 蒸気口が汚れやすいので、炊飯後は蒸気口の中を洗ってください。
- 胚芽米もコースを〈雑穀米〉に合わせます。（水位目盛は「白米」）

### 水に浮くような雑穀類は…

2～3 時間浸して加工穀類がしずんでから炊飯してください。
（フィルターなどが詰まり、変形・破損の原因）

炊飯量： 3 カップまで（1.0L タイプ）
　　　　 5 カップまで（1.8L タイプ）

## おかゆ

| コース | メニュー | 水位目盛 | お米 |
|---|---|---|---|
| 白 米 | おかゆ | 全がゆ<br>5分がゆ | 白米 |

5 分がゆは全がゆより水分の多いおかゆになります。

## 玄米がゆ

| コース | メニュー | 水位目盛 | お米 |
|---|---|---|---|
| 玄 米 | おかゆ | 全がゆ | 玄米 |

コースキーで〈玄米〉を選んだ後、メニューキーを押して〈おかゆ〉を点滅させます。

**必ずメニューを〈おかゆ〉に合わせて炊いてください**
他のコースで炊くと、ふきこぼれ・故障の原因になります。

- 「七草がゆ」などは、はじめから青菜を入れない。（フィルターなどが詰まり、変形・破損の原因）
- 塩などの味付けは炊きあがってから。（はじめから入れるとうまく炊けないことがあります）
- 米質・水量・洗いかたなどによって、蒸気口からわずかに米汁が流れ出ることがあります。

# 調理のしかた

調理のしかた（お願い）→

**内釜の腐食、においの付着、ふきこぼれによる故障を防ぐためにお守りください。**
- 本書に記載していない料理を作らない。
- 内釜に調味料を直接入れる料理を作らない。

## 作りたい料理に合わせて調理コースを選びます

**オート調理**

調理温度が設定されているコース

| コース | 内 容 |
|---|---|
| パン発酵 | 約 35℃で、パン生地の発酵ができます。 |
| 焼き | 約 115℃で、内釜でパン生地やケーキが焼けます。 |
| 温泉卵 | 約 70℃で、温泉卵を簡単に作れます。 |
| 下ごしらえ | 約 1.2 気圧の圧力で調理します。肉の下ゆでにお使いください。 |

- 設定できる時間
  1 分単位で 1 時間まで。
  （下ごしらえは 10分～ 2時間まで）

**お好み調理**

調理温度が選べるコース（35 ～ 100℃）

100℃ ― 蒸しおこわ
95℃ ― 茶碗蒸し
85℃ ― なめらかプリン
75℃ ― やわらか寄せ豆腐
70℃ ┬ バンバンジー
　　 ├ ローストビーフ
　　 ├ いちごソース
　　 └ ピクルス
60℃ ― 甘酒
40℃ ― ヨーグルト

65℃以下は微生物が繁殖しやすい温度帯です。肉類などの調理には使わないでください。

- 設定できる時間
  90～ 100℃ … 1時間まで
  80～ 85℃ … 2時間まで
  75℃以下 … 9時間 50分まで
  （1時間未満は 1分単位
  1時間以上は 10分単位）

※調理をするときのお願いや、〈下ごしらえ〉の注意事項、バンバンジーなどを作るときの「パック調理」については、22ページをご覧ください。

※詳しい作りかたは『お料理レシピ』をご覧ください（23 ページ）

## 基本的な操作のしかた

**操作**

**1**  **で調理コースを選ぶ**



選ぶコースを点滅させる
オート調理 お好み調理 真空保温
パン発酵 焼き 温泉卵 下ごしらえ

- コースキーを押すたびに、〔コース表示〕が点滅し、選択が変わります。

〈真空保温〉が点滅して5秒経つと、自動的に保温になります。コースキーを押したら続けて押してください。

**2** 予約 調理温度 **で調理温度を設定する**

※〈オート調理〉は操作不要。

【調理温度 75℃の例】

- 35 ～ 100℃まで設定できます。（5℃刻み）

**3**  分 **で調理時間を設定する**



【調理時間 1 時間の例】

- 分キーは押したままでいると早送りになります。（1時間未満のとき）
- 設定できる調理時間は、調理コースにより異なります。

**4**  **を押して、調理を開始**



調理温度になると、表示部の時間が減り始めます。

- 〔炊飯ランプ〕と表示が点灯します。
- 下ごしらえは残り7分になると、炊飯ランプが点滅。（減圧のための時間）

**できあがり**

**ブザーが鳴ったらできあがり**
**自動で切になります**

- 〈下ごしらえ〉は保温になりますので、切キーを押してください。

**使用後は** 電源プラグを抜き、お手入れをする（38 ～ 40 ページ）

## 調理時間について

- 実際に調理にかかる時間は、調理温度になるまでの時間の分、設定時間より長くなります。
- 表示部の時間は、調理温度になると減っていきます。

# 調理のしかた

## お願い

### 調理の前に

- 本書記載の調理時間は目安です。材料の量・温度などにより、できあがりは変わります。
- 調理用具はプラスチックや木製のものを使ってください。（内釜キズ防止）
- 調理中はふたを開けないでください。（うまくできなかったり、ふたが閉まらなくなることがあります）
- 内ぶたの各部・内ぶたパッキン（内釜のふち）・温度センサーなどに異物が付いていないか確認してください。（10・11 ページ）

### 調理の後に

- 調理直後は内釜が熱くなっているので、乾いたなべつかみなどを使用して、内釜を取り出してください。
- できあがった食品を、内釜の中に入れたままにしないでください。
（腐敗・微生物の繁殖・内釜腐食・つゆ落ち・発酵過剰の原因）
- においがつきやすくなるので、気になるときは煮沸クリーニングをしてください。（40 ページ）

**〈下ごしらえ〉は、圧力がかかるコースです。**

**故障や、けがを防ぐために、次のことをお守りください。**

- 次のような料理は作らない。
  - ・分量の増える煮豆などの料理
  - ・のり状になるカレーやシチューのルーなどの料理
  - ・加熱中にふくらむ、練り製品などを使った料理
  - ・急激に泡の出る重曹などを使う料理
  - ・多量の油を使う料理
- クッキングシート・アルミ箔・ラップなどで落としぶたをしない。
- あく取りシートを使うときは、スリット入りのものを使う。

**〈下ごしらえ〉中は、フックボタンを押してもふたは開きません。**

やむをえず途中でふたを開けるとき…13 ページ

**パック調理について**

耐熱性の袋に材料と調味料を入れて密封し、水を入れた内釜の中で調理します。

**内ぶたの蒸気あながふさがれると、やけど、けが、故障の原因になります。**
**次のことをお守りください。**

- 炊飯コースでパック調理をしない。
- パック調理をするときは〈お好み調理〉95℃以下にする。
- 袋の空気はしっかりとぬき、水位は最大量以下にする。

最大量（パックと水を入れたときの水位）
水位目盛「全がゆ」1.5 まで（1.0L タイプ）
水位目盛「全がゆ」3 まで（1.8L タイプ）

《パック調理のポイント》

①熱の伝わりをよくするため、袋の中の空気をしっかりとぬきます。ストローで袋の中の空気を吸うと、しっかりと空気をぬくことができます。（耐熱温度 100℃以上の袋を使う）
②余裕を持たせて、上の方で口をしばります。なるべく平らにして、熱の伝わりをよくします。
③水の量は袋がつかるくらいにします。
- 袋を 2 重にしないでください。

# お料理レシピ

**ご 飯**　ページ



**調 理**　ページ



- お米の計量は付属のカップで。（1 カップ＝約 180ml ／約 1 合）
- 大さじ 1 ＝ 15ml、小さじ 1 ＝ 5ml です。
- 無洗米を使うとき→水位目盛・コースは〈白米〉のかわりに〈無洗米〉に合わせます。
- コース・メニューの設定は 24 ページ以降をご覧になって、必ず守ってください。

# 五目ご飯

炊込みご飯
4カップまで（1.0L タイプ）
6カップまで（1.8L タイプ）

| 水位目盛 | コース | メニュー |
|---|---|---|
| 白米 | 白米 | 炊込み |

**材料（4人分）**
米……………………3カップ
にんじん………………60g
ゆでたけのこ…………60g
干ししいたけ…………2枚
鶏むね肉………………60g
油揚げ…………………20g
A［酒 ………… 大さじ3
塩 ………… 小さじ1
しょうゆ … 大さじ1
即席だしの素 …… 小さじ1/2
しいたけのもどし汁

1 米は水が澄むまで手早く洗い、たっぷりの水に30分浸す。

2 干ししいたけはもどしてせん切りに、油揚げは熱湯をかけてせん切りにする。にんじんはせん切りに、ゆでたけのこはうす切りに、鶏肉は細かく切る。

3 浸した米をザルにあげ、米を内釜に入れる。Aを加え、**「白米」**の**水位目盛3**までしいたけのもどし汁と水を入れてよく混ぜ合わせる。

4 米の上に切った具をリング状にのせ、ふたを閉める。

5 **コース**キーで**〈白米〉**、**メニュー**キーで**〈炊込み〉**を選び、**炊飯**を押す。

6 保温になったら全体をふんわりほぐす。

## 炊込みご飯のコツ

- 炊飯量は少なめに。
- たっぷりの水に約 30分程度浸してから、ザルにあげて水気を切る。
- 調味料を加えてから水位合わせをし、底からよくかき混ぜる。
- 具は…
  - ・小さめに切る
  - ・米 1カップあたり 70gまで（乾燥豆は 30gまで）
  - ・お米に混ぜない
  - ・青菜は最初から入れない、炊きあがってから（変形、破損の原因）
- 炊込みご飯が残ったら、保温しないでラップに包み、冷凍保存することをおすすめします。

### お願い

- **早炊きはしない。**
  早炊きで炊くと内ぶたに具が詰まりやすく、炊きあがってもふたが開かなくなることがあります。
- 保温、予約炊飯はしない。（変色・内釜腐食・腐敗の原因）
- 市販のレシピの材料配合で炊いたり、水以外のもの（トマトジュースなど）で炊いた場合、うまく炊けないことがあります。

# ピースご飯

| 水位目盛 | コース | メニュー |
|---|---|---|
| 白米 | 白米 | 炊込み |

**材料（4人分）**
米……………………3カップ
［グリンピース（正味） …………150g
塩…………… 大さじ1/2
A［酒 ………… 大さじ3
塩 ………… 小さじ1

1 米は水が澄むまで手早く洗い、たっぷりの水に30分浸す。

2 グリンピースは洗って水気を切り、塩をまぶしておく。

3 浸した米をザルにあげ、米を内釜に入れる。Aを加え、**「白米」**の**水位目盛3**まで水を入れてよく混ぜ合わせる。

4 米の上に**2**を、リング状にのせ、ふたを閉める。

5 **コース**キーで**〈白米〉**、**メニュー**キーで**〈炊込み〉**を選び、**炊飯**を押す。

6 保温になったら全体をふんわりほぐす。

# 黒豆ご飯

| 水位目盛 | コース | メニュー |
|---|---|---|
| 白米 | 白米 | 炊込み |

**材料（4人分）**
米……………………3カップ
黒豆……………………60g

1 黒豆はさっと洗い、フライパンで5～10分こがさないようにいっておく。

2 米は水が澄むまで手早く洗い、**「白米」**の**水位目盛3**まで水を入れる。

3 米の上にいった黒豆をリング状にのせ、ふたを閉める。

4 **コース**キーで**〈白米〉**、**メニュー**キーで**〈炊込み〉**を選び、**炊飯**を押す。

5 保温になったら全体をふんわりほぐす。

## たけのこおこわ（炊きおこわ）

炊きおこわ
4 カップまで（1.0L タイプ）
6 カップまで（1.8L タイプ）

| 水位目盛 | コース | メニュー |
|---|---|---|
| おこわ | 白 米 | 炊込み |

**材料（4 人分）**

もち米…………… 2 カップ
米(うるち米)…… 1 カップ
ゆでたけのこ……… 100g
油揚げ…………………40g
鶏もも肉………………60g
A 酒 ………… 大さじ 1
A 塩 ………… 小さじ 1
A 即席だしの素 ………… 小さじ 1/2
B しょうゆ … 大さじ 1
B みりん …… 大さじ 1
B 酒 ………… 大さじ 2

1. 米は水が澄むまで手早く洗い、たっぷりの水に 2 時間浸す。
2. たけのこはうす切りに、油揚げは熱湯をかけてせん切りにし、鶏肉は細かく切る。
3. なべに B を入れて沸騰させ、鶏肉・たけのこ・油揚げの順に入れて煮汁がなくなるまで煮る。
4. 浸した米をザルにあげ、米を内釜に入れる。A を加え、「**おこわ**」の**水位目盛 3** まで水を入れてよく混ぜ合わせる。
5. 米の上に **3** をリング状にのせ、ふたを閉める。

6. **コース**キーで**〈白米〉**、**メニュー**キーで**〈炊込み〉**を選び、**炊飯**を押す。
7. 保温になったら全体をふんわりほぐす。

*Cooking Memo*

- もち米 2 カップに対し、うるち米 1 カップの割合で炊いてください。

## 赤飯（蒸しおこわ）

蒸しおこわ
3 カップまで（1.0L タイプ）
5 カップまで（1.8L タイプ）

| お好み調理 | 設定時間 |
|---|---|
| 100℃ | 50 分 |

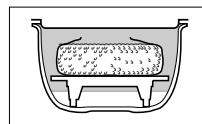
| 蒸 す | 付属の蒸し台 |
|---|---|

**材料（4 人分）**

もち米…………… 3カップ
ささげ(またはあずき) ……………50g
打ち水…………… 120ml
（米 1カップあたり 40ml）

*Cooking Memo*

- ささげの煮汁はおたまですくい落として空気にふれさせると色鮮やかになります。
- できあがりがかたい場合は、打ち水をして混ぜて 10 分程度蒸すをくり返してください。

1. ささげはたっぷりの水でゆで、沸とうしたら湯を捨てる。新しい水で 7 ～ 8 分通りやわらかくなるまで煮て、ささげと煮汁に分けて冷ます。
2. 米は水が澄むまで手早く洗い、ささげの煮汁を加えた水に 2 時間浸した後、ザルにあげて水気を切る。浸した水はとっておき、打ち水として使う。
3. 内釜に「**白米**」の**水位目盛 2** まで蒸し水を入れ、付属の蒸し台を置いて蒸し布を敷く。
4. 蒸し布の上に、**2** の米と **1** のささげを混ぜて平らになるように入れ、所々にくぼみをつけ、ふたを閉める。※蒸し布はふたにはさまない。
5. **コース**キーで**〈お好み調理〉**を選び、**調理温度**キーで **100℃**、**分**キーで **50** 分に設定し、**スタート**を押す。
6. ブザーが鳴ったら、全体に打ち水をふり入れて混ぜて、ふたを閉める。
7. **コース**キーで**〈お好み調理〉**を選び、**調理温度**キーで **100℃**、**分**キーで **10** 分に設定し、**スタート**を押す。
8. ブザーが鳴ったら、別の容器に移して軽く混ぜる。



## 玄米の炊込みご飯

玄米の炊込みご飯
3 カップまで（1.0L タイプ）
6 カップまで（1.8L タイプ）

| 水位目盛 | コース | メニュー |
|---|---|---|
| 玄 米 | 玄 米 | ふつう |

**材料（4 人分）**

玄米……………… 3 カップ
れんこん………………50g
ごぼう…………………30g
ゆでたけのこ…………50g
A 酒 ………… 大さじ 1
A 塩 ……… 小さじ 2/3
A しょうゆ … 大さじ 1
A みりん …… 大さじ 1

1. 玄米はさっと洗い、ゴミやもみがらを取り除く。
2. れんこんは皮をむいていちょう切り、ごぼうはささがきにし、共に水につけてアクを抜く。
3. たけのこはうす切りにする。
4. **1** の米と **A** を内釜に入れ、「**玄米**」の**水位目盛 3** まで水を入れてよく混ぜ合わせる。
5. 米の上に 2 と 3 をリング状にのせ、ふたを閉める。
6. **コース**キーで**〈玄米〉**、**メニュー**キーで**〈ふつう〉**を選び、**炊飯**を押す。
7. 保温になったら全体をふんわりほぐす。

## 鶏がゆ

具入りの全がゆ
1 カップまで（1.0L タイプ）
2 カップまで（1.8L タイプ）

具入りの五分がゆ
0.5 カップまで（1.0L タイプ）
1 カップまで（1.8L タイプ）

| 水位目盛 | コース | メニュー |
|---|---|---|
| おかゆ・全 | 白 米 | おかゆ |

**材料（4 人分）**

米………………… 1 カップ
鶏むね肉 ……… 100g
しょうが …… ひとかけ
ねぎ ……………… 1 本
酒 …………… 大さじ 1
水 ………… 1000ml
塩……………… 小さじ 1/2
みつば………………… 適宜

1. なべに鶏肉・水・ぶつ切りのねぎ・つぶしたしょうが・酒を入れて、中火であくを取りながら煮てスープを取り、ザルでこして冷ましておく。
2. **1** の鶏肉は 1cm 角に切り、塩をまぶしておく。
3. 米は水が澄むまで手早く洗い、ザルにあげて水気を切る。
4. **3** の米と冷めた **1** のスープを内釜に入れ、「**おかゆ 全**」の**水位目盛 1** まで水を入れてよく混ぜ合わせ、ふたを閉める。
5. **コース**キーで**〈白米〉**、**メニュー**キーで**〈おかゆ〉**を選び、**炊飯**を押す。

6. 保温になったら **2** の鶏肉を加えて軽く混ぜる。
7. 器によそい、お好みでみつばをのせる。

# ちらしずし

すしめし
5.5 カップまで（1.0L タイプ）
10 カップまで（1.8L タイプ）

| 水位目盛 | コース | メニュー |
|---|---|---|
| 白米すし | 白 米 | ふつう |

**材料（4 人分）**

すしめし……米３カップ分
- かんぴょう ……… 10g
- だし汁 ……… 200ml
- 砂糖 ………… 大さじ１
- みりん …… 大さじ 1/2
- しょうゆ …… 小さじ２
- 干ししいたけ …… ３枚
- だし汁 ……… 200ml
- 砂糖 ………… 大さじ１
- しょうゆ …… 小さじ２
- れんこん ……… 100g
- だし汁 … 大さじ１ 1/2
- 砂糖 …… 大さじ１ 1/2
- 塩 ………… 小さじ 1/2
- にんじん ………… 70g
- 油揚げ …………… 40g
- だし汁 ……… 200ml
- 砂糖 ………… 大さじ２
- しょうゆ …… 大さじ１

えび…………………… ６尾
薄焼き卵……………… ２枚
さやえんどう………… 適宜
のり…………………… 適宜

1. すしめしを作る。（下記参照）
2. かんぴょう・干ししいたけは十分にもどし、かんぴょうは下ゆでしておく。それぞれ煮含め、冷ましてから切る。
3. れんこんは皮をむいてうす切りにし、うすい酢水で透き通るまでゆでてから、だし汁・砂糖・塩を煮立てた中に入れ、さっと煮て冷ます。
4. にんじんはせん切りに、油揚げは熱湯をかけてせん切りにし、いっしょに煮る。
5. えびは背わたを抜いてゆで、カラをむいて腹側に包丁を入れて開き、合わせ酢に浸しておく。
6. 薄焼き卵はせん切りに、さっとゆでたさやえんどうは斜めのうす切りにする。
7. ２・３・４の汁気を切って、ぬくもりのあるすしめしに手早く混ぜる。
8. 器に盛り、５のえび・６の薄焼き卵・さやえんどうを散らし、お好みで細く切ったのりをのせる。

## すしめしの作りかた

**材料（4 人分）**

米…………………… ３カップ
合わせ酢（混ぜておく）
- 酢 ………… 大さじ６
- 砂糖 … 大さじ２ 1/2
- 塩 …… 小さじ１ 1/2

① 米は水が澄むまで手早く洗い、**「白米すし」**の**水位目盛３**まで水を入れ、ふたを閉める。

② **コース**キーで**〈白米〉**、**メニュー**キーで**〈ふつう〉**を選び、**炊飯**を押す。

③ 酢水を含ませたふきんですしおけをふき、炊きあがったご飯をすしおけに移す。

④ 合わせ酢をご飯にまんべんなくかけ、ご飯を切るように混ぜる。うちわであおいでご飯につやを出す。

※内釜で合わせ酢を混ぜないでください。

### *Cooking Memo*

- 水のかわりに冷ました昆布だしを使うと、うまみが増します。（昆布を入れて炊くときは、お米の上にのせる）
- ご飯が熱いうちに合わせ酢を混ぜると、合わせ酢がご飯によくしみ込みます。
- すしおけを使うと、余分な水分を吸ってくれるため、ご飯がべちゃつきにくくなります。



# ドーム スポンジケーキ

最大量
薄力粉 120g まで
（1.0L/1.8L タイプ）

| オート調理 | 設定時間 |
|---|---|
| 焼 き | 40 分 |

**材料**

薄力粉…………………… 120g
ベーキングパウダー … 小さじ 1/2
卵……………………………… ４個
グラニュー糖…………… 100g
バニラオイル……………… 少々
溶かしバター……………… 30g
牛乳……………………… 30ml
あんずジャム（裏ごしする）
………… 大さじ４（80g）
《アイシング》
A
- 粉糖 ………………… 50g
- レモン汁 …… 小さじ１ 1/2

1. 薄力粉とベーキングパウダーを合わせてふるっておく。内釜に溶かしバター（分量外）をうすくぬる。
2. ボウルに卵を割り入れ、グラニュー糖を加え、泡立て器で軽く混ぜて湯せんにかけ、卵液の温度が人肌くらい（約 40℃）になったら、はずしてさらに泡立てる。
※内釜では泡立てない。

3. 泡立て器を持ち上げると筋がかけるくらいもったりした状態になるまで泡立てて、バニラオイルを２～３滴加える。

4. ３に１の薄力粉とベーキングパウダーを２～３回に分けて振り入れ、木べらで切るようによく混ぜる。

5. 溶かしバターと牛乳を４へ散らす様に全体に振り入れ、手早く混ぜる。

6. 内釜に５を流し入れ、１～２回たたいて空気を抜き、内釜を本体に入れてふたを閉める。
7. **コース**キーで**〈オート調理〉焼き** を選び、**分**キーで **40 分**に設定して、**スタート**を押す。
8. ブザーが鳴ったら、焼きあがり状態を確認する。竹ぐしを刺して生地がついてこなければ焼きあがり。生地がついてきたときは、焼き時間を追加する。
9. なべつかみなどを使って内釜を取り出す。ケーキクーラーをかぶせて逆さにし、ケーキを取り出して粗熱をとる。
10. ケーキの表面にあんずジャムをハケで塗る。A を混ぜてアイシングを作り、ケーキが冷めてからアイシングを上からたらして表面を乾かす。

### *Cooking Memo*

- 泡立てに使うボウルや泡立て器の、油分・水分をしっかりふきとっておきます。
- ハンドミキサーを使うと泡立てが楽にできます。
- できあがりは上面に焼き色がつきません。上面を底にしてデコレーションします。
- アイシングの代わりに生クリームやフルーツなどを飾ってアレンジできます。
- 焼きあがったケーキをそのままにしておくと、つゆが落ちてふやけることがあります。

# シンプル丸パン

最大量
強力粉 200g まで
（1.0L/1.8L タイプ）

| オート調理 | 設定時間 |
|---|---|
| パン発酵 | 一次発酵　45～50分<br>二次発酵　30～40分 |

▼

| オート調理 | 設定時間 |
|---|---|
| 焼 き | 35～40分 |

## 材料

A
- 強力粉 ……………………………… 200 g
- ドライイースト ……小さじ 1 1/3（4g）
- 砂糖 …………………………………小さじ 2
- 塩 ………………………………… 小さじ 2/3

牛乳…………………………………130ml
バター（食塩不使用）……………… 20g

**1** Aをふるってボウルに入れる。

**2** 牛乳を温めてバターを加えて溶かし、40℃くらいに冷ます。（50℃以上ではイーストが働きません）

**3** 1 に 2 を加えて菜ばしでさっくり混ぜ合わせてひとかたまりにし、台の上に出してつやのある生地になるまで手で十分にこねる。（約 10 分）

**4** 生地を丸め、とじ目を下にして油少々（分量外）をうすくぬった内釜に入れ、ふたを閉める。
※丸めた生地をつぶして少し平たくすると発酵しやすくなります。

**5** 《一次発酵》
**コース**キーで〈**オート調理**〉**パン発酵** を選び、**分**キーで **45 ～ 50 分**に設定して、**スタート**を押す。

**6** 《フィンガーテスト》
ブザーが鳴ったら、発酵状態を確認する。約 2 倍にふくらみ、指に強力粉をつけ生地の中央にさして、くぼんだあとがそのまま残れば一次発酵完了。発酵不足のときは、発酵時間を追加する。

**7** 《ガス抜き》
生地を上から軽く押さえて空気を抜く。

**8** 《成形》
生地を取り出し、丸め直して合わせ目をしっかりとじ、合わせ目を下にして内釜に入れ、ふたを閉める。※丸めた生地をつぶして少し平たくすると発酵しやすくなります。

**9** 《二次発酵》
**コース**キーで〈**オート調理**〉**パン発酵** を選び、**分**キーで **30 ～ 40 分**に設定して、**スタート**を押す。

**10** ブザーが鳴って二次発酵が終了したら、上面に強力粉少々（分量外）を茶こしでふり、ふたを閉める。

**11** 《焼成》
**コース**キーで〈**オート調理**〉**焼き** を選び、**分**キーで **35 ～ 40 分**に設定して、**スタート**を押す。

**12** ブザーが鳴ったら、なべつかみなどを使ってパンを取り出す。



## 一次発酵の確認（フィンガーテスト）

● 材料の種類・計量・室温・生地温度などの違いにより発酵状態が変わります。
発酵状態を確認して発酵時間を調整してください。

### 発酵不足のとき

フィンガーテストで
指のあとが元に戻る
⬇
かたく重いパンになる

一次発酵の時間を追加してください。時間を追加してもふくらまないようであれば、材料が古いかもしれませんので、お確かめください。

### 発酵過剰のとき

フィンガーテストで
指を抜くとしぼむ
⬇
パサついたパンになる

生地の初期温度が高かったり、発酵時間が長すぎたりすると、発酵が進みすぎます。
次回から発酵時間を少し短めにしてください。

### アレンジパン

シンプル丸パンのこねあげた生地に、レーズンやくるみを混ぜます。
- レーズンやくるみは 50g を目安にしてください。（くるみは砕いて）
- アレンジパンは、裏返してさらに 10 分焼いてください。

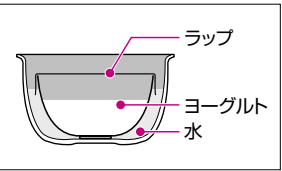
### *Cooking Memo*

- できあがりは白くてしっとりしたパンになります。
- 上面にも焼き色をつけたいときは、パンを裏返し、さらに 10分焼いてください。
- パンを取り出すときはしゃもじを使い、片手を添えると取り出しやすくなります。
- パン生地をこねられるもちつき機などを使うと、生地作りが楽にできます。
- 焼きあがったパンは、冷めてから切るときれいに切れます。

## ヨーグルト

最大量
牛乳 500ml まで
（1.0L/1.8L タイプ）

| お好み調理 | 設定時間 |
|---|---|
| 40℃ | 4 時間 |

**材料**
牛乳……………… 500ml
市販のヨーグルト（プレーン）
………… 50ml

1 内釜に入るサイズの、清潔なプラスチック製容器に牛乳とヨーグルトを入れて混ぜ、ラップをかける。
※陶器・金属製の器は使わない。

2 内釜に容器がつかるくらいの水を入れ、1 の容器を入れ、ふたを閉める。

3 **コース**キーで**〈お好み調理〉**を選び、**調理温度**キーで **40℃**、**時**キーで **4 時間**に設定して、**スタート**を押す。

4 ブザーが鳴ったら、固まり具合を確認する。固まったら冷蔵庫で冷やす。固まっていないときは、調理時間を追加する。

*Cooking Memo*
- 使用する市販のヨーグルトによって固まり具合が異なります。様子を見て設定時間を調整してください。
- ヨーグルトを 100ml にすると 3 時間でできます。（牛乳は 500ml のままです）
- できあがったヨーグルトを種にして作らないでください。
- 固まり始めたときにゆすったり混ぜたりしないでください。固まらないことがあります。
- できたヨーグルトに液体が生じることがありますが、乳清と呼ばれる乳成分の一部です。

## いちごソース

| お好み調理 | 設定時間 |
|---|---|
| 70℃ | 30 分 |

パック調理　耐熱性の袋

**材料**
いちご……………… 180g
砂糖………… 80 ～ 100g
レモン汁………… 小さじ 2

1 いちごは洗ってへたを取り、2 ～ 4 つに切る。

2 耐熱性の袋に 1 を入れ、砂糖・レモン汁を加えて混ぜ合わせ、空気をぬいて口をしばる。

3 内釜に 2 を入れ、つかるくらいの水を入れ、ふたを閉める。

4 **コース**キーで**〈お好み調理〉**を選び、**調理温度**キーで **70℃**、**分**キーで **30 分**に設定して、**スタート**を押す。

5 ブザーが鳴ったら、はしなどを使って取り出す。

6 粗熱がとれたら冷蔵庫で冷やす。お急ぎのときは、袋のまま水につけて冷ますこともできます。

*Cooking Memo*
- ヨーグルトやアイスにかけてお召しあがりください。
- できあがったものは、冷蔵庫に入れて早めに食べきりましょう。
- 煮つまらないので、いちごの色はうすくなります。

## なめらかプリン

| お好み調理 | 設定時間 |
|---|---|
| 85℃ | 30 分 |

蒸す　付属の蒸し台

**材料**（耐熱容器 2 個分）
卵………………………… 1 個
牛乳……………… 100ml
砂糖…………… 15 ～ 20g
バニラエッセンス…… 少々

*Cooking Memo*
- プリン液はこしましょう。なめらかさが違います。
- 卵液の表面の泡を取り除くと、きれいにできあがります。

1 プリン液を入れる耐熱容器を用意する。内釜に蒸し台を入れた状態で耐熱容器を置き、ふたが閉まるか確認する。

2 卵に砂糖を加え、泡立て器で混ぜる。（泡立てないように）

3 2 に牛乳を少しずつ加えながら混ぜ、バニラエッセンスを加える。

4 3 を布巾またはできるだけ目の細かいこし器でこし、耐熱容器に等分に注ぎ入れる。

5 内釜の水位目盛**「白米」の 2** まで水を入れ、付属の蒸し台を入れ、**4** を置いてふたを閉める。

6 **コース**キーで**〈お好み調理〉**を選び、**調理温度**キーで **85℃**、**分**キーで **30 分**に設定して、**スタート**を押す。

7 ブザーが鳴ったら、なべつかみなどを使って器を取り出す。

8 粗熱がとれたら冷蔵庫で冷やす。

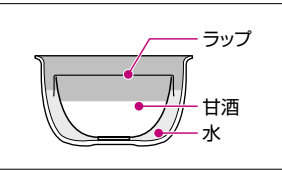
## 甘酒

最大量
もち米 1/2 カップまで
（1.0L/1.8L タイプ）

| 水位目盛 | コース | メニュー |
|---|---|---|
| おかゆ・全 | 白米 | おかゆ |

▼

| お好み調理 | 設定時間 |
|---|---|
| 60℃ | 9 時間 50 分 |

**材料**
もち米………… 1/2 カップ
米こうじ…………… 100g

1 もち米は水が澄むまでよく洗い、**「全がゆ」の水位目盛 0.5** まで水を入れ、ふたを閉める。

2 **コース**キーで**〈白米〉**、**メニュー**キーで**〈おかゆ〉**を選び、**炊飯**を押す。

3 保温になったら**切**を押し、なべつかみなどを使って内釜を取り出す。

4 内釜に入るサイズの、清潔なプラスチック製容器に 3 のおかゆを入れる。
※陶器・金属製の器は使わない。

5 4 が約 40℃に冷めたら、米こうじを加えてよく混ぜ、ラップをかける。

6 洗った内釜に容器がつかるくらいの水を入れ、5 の容器を入れ、ふたを閉める。

7 **コース**キーで**〈お好み調理〉**を選び、**調理温度**キーで **60℃**、**時・分**キーで **9 時間 50 分**に設定して、**スタート**を押す。

8 ブザーが鳴ったら、なべつかみなどを使って容器を取り出す。

9 別のなべに 8 を移して軽く沸騰させ、発酵を止める。

10 9 を 2 倍くらいに薄めて、お好みで砂糖・塩・しょうがなどを加える。

# 温泉卵

| 最大量 |
| --- |
| 6 個まで（1.0L タイプ）<br>8 個まで（1.8L タイプ） |

| オート調理 | 設定時間 |
| --- | --- |
| 温泉卵 | 20 ～ 25 分 |

**材料**

卵……………………… 4 個
水………… 卵がかぶる程度
うまだし（下記参照）
わさび………………… 適宜

1 内釜に卵を入れ、卵がかぶる程度の水を入れ、ふたを閉める。

2 **コース**キーで **〈オート調理〉温泉卵** を選び、**分**キーで **20 分**に設定して、**スタート**を押す。

3 ブザーが鳴ったらすぐに卵を取り出し、ていねいに殻を割って器に入れ、うまだしをかけてわさびを添える。

**うまだしの作りかた**

鍋にだし汁 100ml、みりん小さじ 2、しょうゆ小さじ 1、塩少々を合わせ、沸とうしたら削りがつお少々を加えてひと煮立ちさせる。
火を止め、5 分ほどおいてこす。

*Cooking Memo*

- 設定時間を短くするとやわらかめに、長くするとかためになります。
- 次の場合はやわらかめになります。
  - ・卵の数が少ない／水の量が多い
  - ・卵の温度／水温が低い
  - ・卵が大きい
- お湯に入れたままにするとかたくなります。
- すぐに殻を割らないときは水につけて冷ますことをおすすめします。

# やわらか寄せ豆腐

| 最大量 |
| --- |
| 豆乳 500ml まで<br>（1.0L/1.8L タイプ） |

| お好み調理 | 設定時間 |
| --- | --- |
| 75℃ | 50 ～ 55 分 |

**材料**

無調整豆乳（大豆固形分 8%以上）
………… 500ml
にがり………… 分量はにがりの説明書に従ってください

1 内釜に豆乳とにがりを入れ、しゃもじなどでムラがないように全体をよくかき混ぜ、ふたを閉める。

2 **コース**キーで **〈お好み調理〉**を選び、**調理温度**キーで **75℃**、**分**キーで **50 ～ 55 分**に設定して、**スタート**を押す。

3 ブザーが鳴ったら、固まり具合を確認し、固まったら豆腐を別の容器に移す。
固まっていないときは、調理時間を追加する。

*Cooking Memo*

- 調整豆乳ではできません。
- スプーンですくって食べるくらいのやわらかさになります。冷蔵庫で冷やすと少しかためになります。
（市販の豆腐のようにかたくなりません。）
- 豆乳とにがりの種類により、固まり具合は異なります。設定時間を調整してください。

# 茶碗蒸し

| お好み調理 | 設定時間 |
| --- | --- |
| 95℃ | 30 ～ 40 分 |

蒸す　付属の蒸し台

**材料**（蒸し茶碗 2 個分）

卵……………………… 1 個
A ［だし汁……… 150ml
　 塩………… 小さじ 1/5
　 しょうゆ… 小さじ 1/5
　 みりん… 小さじ 1 1/2
えび…………………… 2 尾
［鶏肉 ………………… 30g
　しょうゆ …… 小さじ 1/2
生しいたけ…………… 1 個
かまぼこ……………… 2 枚
ぎんなん（缶詰）…… 4 個
みつば………………… 適宜

1 蒸し茶碗を用意する。内釜に蒸し台を入れた状態で蒸し茶碗を置き、ふたが閉まるか確認する。

2 ボールに卵を割り入れて十分にほぐし、冷ました **A** を入れて混ぜ合わせ、布巾またはこし器でこす。

3 えびはカラと背わたを取り、生しいたけはうす切りにする。鶏肉はそぎ切りにして、しょうゆをかけて下味をつける。

4 蒸し茶碗にみつば以外の具を等分に入れ、**2** を等分に注ぎ入れ、ラップでふたをする。

5 内釜の水位目盛 **「白米」の 2** まで水を入れ、付属の蒸し台を入れ、**4** を置いてふたを閉める。

6 **コース**キーで **〈お好み調理〉**を選び、**調理温度**キーで **95℃**、**分**キーで **35 分**に設定して、**スタート**を押す。

7 ブザーが鳴ったら、なべつかみなどを使って器を取り出し、みつばをのせる。

# ピクルス

| お好み調理 | 設定時間 |
| --- | --- |
| 70℃ | 10 分 |

パック調理　耐熱性の袋

**材料**

お好みの野菜…250g 程度
（玉ねぎ、人参など）
A ［砂糖………… 大さじ 3
　 塩…………… 小さじ 1
　 酢…………… 大さじ 4
　 水…………… 大さじ 2
　 ローリエ………… 1 枚

1 野菜は一口大に切る。

2 耐熱性の袋に **1** と **A** を入れて混ぜ合わせ、空気をぬいて口をしばる。

3 内釜に **2** を入れ、つかるくらいの水を入れ、ふたを閉める。

4 **コース**キーで **〈お好み調理〉**を選び、**調理温度**キーで **70℃**、**分**キーで **10 分**に設定して、**スタート**を押す。

5 ブザーが鳴ったら、はしなどを使って袋を取り出す。

6 粗熱がとれたら冷蔵庫で冷やす。
お急ぎのときは、袋のまま水につけて冷ますこともできます。

# バンバンジー

| お好み調理 | 設定時間 |
|---|---|
| 70℃ | 50分 |

パック調理　耐熱性の袋

**材料**

鶏むね肉…………1枚（200g）
塩……………………………少々
酒………………………大さじ2
長ねぎ（小口切り）……1/4本
しょうが（薄切り）　1/2かけ
たれ
しょうゆ　……大さじ2 1/2
酢　………………大さじ2/3
砂糖　……………小さじ2/3
ごま油　………………少々
ラー油　………………適宜
長ねぎ（みじん切り）　…1/4本
しょうが（みじん切り）
…………1/2かけ
煎りごま（する）　…大さじ2/3
トマト（薄切り）…………適宜
きゅうり（せん切り）……適宜

1. 鶏肉に塩をふっておく。
2. 耐熱性の袋に**1**と酒・長ねぎ・しょうがを入れ、空気をぬいて口をしばる。
3. 内釜に**2**を入れ、袋がつかるくらいの水を入れ、ふたを閉める。
4. **コースキー**で〈**お好み調理**〉を選び、**調理温度**キーで**70**℃、**分**キーで**50分**に設定して、**スタート**を押す。
5. ブザーが鳴ったら、はしなどを使って袋を取り出す。
6. 鶏肉が冷めたら、細く切る。鶏肉・トマト・きゅうりを盛りつけ、たれの材料を混ぜ合わせてかける。

# ローストビーフ

| お好み調理 | 設定時間 |
|---|---|
| 70℃ | 30～50分 |

パック調理　耐熱性の袋

**材料**

牛肉（かたまり）
………　300～500g
塩…………… 小さじ1～1 1/2
こしょう……………………少々
ローリエ
サラダ油

*Cooking Memo*

- 牛肉はお好みでロースやもも肉をお使いください。

1. 牛肉に塩・こしょうをしっかりすり込む。
2. フライパンにサラダ油を熱し、**1**の牛肉を入れて強火で焼き色をつける。
3. 耐熱性の袋に**2**とローリエを入れ、空気をぬいて口をしばる。
4. 内釜に**3**を入れ、袋がつかるくらいの水を入れ、ふたを閉める。
5. **コースキー**で〈**お好み調理**〉を選び、**調理温度**キーで**70**℃、**分**キーで**30～50分**に設定して、**スタート**を押す。
6. ブザーが鳴ったら、はしなどを使って袋を取り出す。
7. 牛肉が冷めたら、薄く切り分ける。

# 角煮用豚肉の下ゆで

最大量（肉と水を入れたときの水位）
水位目盛「全がゆ」1.5まで（1.0Lタイプ）
水位目盛「全がゆ」3まで（1.8Lタイプ）

| オート調理 | 設定時間 |
|---|---|
| 〈下ごしらえ〉 | 50分 |

**材料**

豚バラ肉（5cm角）… 600g
しょうが（薄切り）… 1かけ分
長ねぎ（つぶす）…………5cm
水…………　材料がかぶる程度

1. 内釜に豚バラ肉・しょうが・長ねぎを入れ、材料がかぶるくらいの水を入れ、ふたを閉める。
2. **コースキー**で〈**オート調理**〉**下ごしらえ**を選び、**分**キーで**50分**に設定して**スタート**を押す。
3. ブザーが鳴ったら**切**を押し、食品を別の容器に移す。

*Cooking Memo*

- ゆでた肉は、ゆで汁に浸した状態で冷蔵保存するとパサつきにくくなります。（冷蔵保存は3～4日以内に）
- 冷凍保存する場合は、肉を小さく切るか薄切りにし、ゆで汁ごと保存袋などで密封します。
- ゆで汁ごと冷蔵庫で冷やし、浮いて固まった脂を取り除くとカロリーダウンできます。

## 〈下ごしらえ〉は肉の下ゆでに使います

| | 一切れの分量・大きさ | 設定時間の目安 |
|---|---|---|
| 牛肉 | もも（角切り 3cm） | 35～45分 |
| | すね（角切り 3cm） | 1時間～1時間20分 |
| | すじ（こま切れ） | 1時間～1時間15分 |
| 豚肉 | もも（角切り 3cm） | 35～45分 |
| | バラ（角切り 3cm） | 25～35分 |
| | バラ（かたまり 250g） | 50分～1時間 |
| 鶏肉 | 手羽先（1本40g） | 25～35分 |
| | むね（1枚200g） | 30～40分 |

*Cooking Memo*

- ゆで水の量は、材料がかぶる程度に。（圧力調理のため、蒸発量は少なくなります）
- 材料が大きいときは、設定時間を長めにします。設定時間は一切れの大きさによって異なります。
- 材料などにより、できあがりに差が出ることがあります。お好みに合わせて設定時間を調整してください。

『肉の下ゆで』だけにお使いください。魚など肉以外のものをゆでたり、調味料や香りの強い香辛料は入れないでください。（におい、内釜腐食、ふきこぼれによる故障の原因）

# お手入れ

汚れたまま使うと、においなどの原因になりますので、常に清潔にしてください。
とくに内ぶた・蒸気口は炊飯のたびにお手入れをしてください。

## ⚠警告

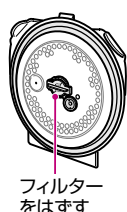
内ぶたの各部、クランプ部の凹部の異物は取り除く

（炊飯中にふたが開いたり、蒸気もれなどによるやけどの原因）

## ⚠注意

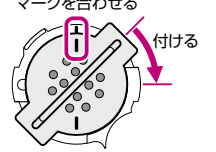
お手入れは、必ず電源プラグを抜き、本体が冷めてから行う

（やけどの原因）

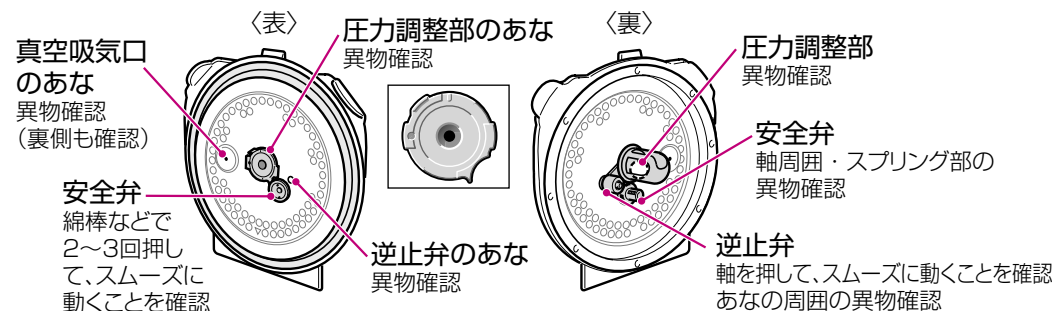
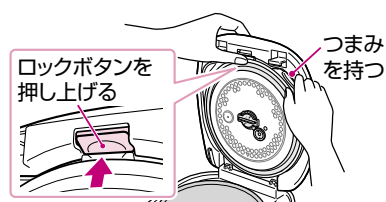
## 内ぶた　炊飯のたびにお手入れしてください

内ぶたはフィルターをはずしてぬるま湯に浸し、スポンジで洗い、水分をよくふき取る

圧力調整・安全弁・逆止弁・真空吸気口のあなに付着している異物は、竹串やようじなどで取り除く

- 調味料を入れて炊飯した後、内ぶたを洗わないとサビの原因になります。
- 内ぶたの各部にご飯粒などの異物が詰まっていると、ふたが開かない、圧力が異常に高まって、炊飯中にふたが開いたり、蒸気もれなどによるやけど･けがの原因になります。
- フィルターの内側に炊飯後の水滴が残ったまま使用すると、ご飯の変色･腐敗の原因になります。

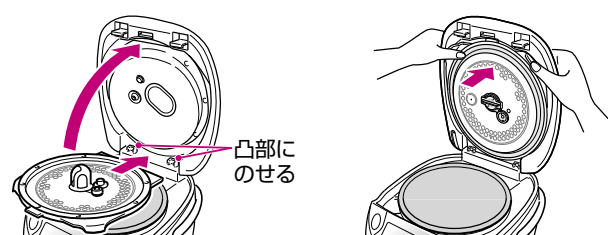
**フィルターの取り付け**

### 内ぶたの確認　フィルター以外の各部は、はずせません（無理に力を加えると破損の原因）

〈表〉

〈裏〉

### 内ぶたをはずす

片手でつまみを持ち、ロックボタンを押し上げ、ロックをはずす

片手で押さえる

片手で押さえてはずさないと、内ぶたが手前に倒れ、けが･破損の原因になります。

### 内ぶたを付ける

①ふたの凸部（2ヶ所）に、内ぶたの差込み部をのせる

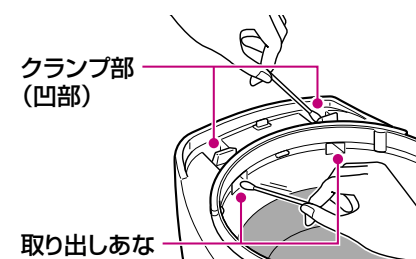
②「カチッ」と音がするまで上側を押し込む

- 内ぶたが付いてないと、ふたが閉まりません。（付け忘れ防止のため）

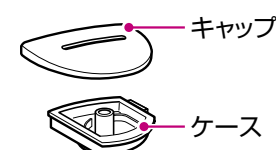


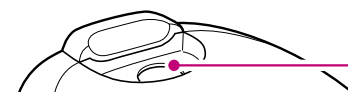
**次のものは使わないでください**（変形・腐食・変色・ヒビ・傷の原因）

- 食器洗い乾燥機・食器乾燥器
- 台所用中性洗剤以外の洗剤
- ベンジン・シンナー・アルコール・クレンザー・漂白剤
- たわし・メラミンスポンジなどの傷がつきやすいもの

## クランプ部

クランプ部の凹部にご飯粒などが入ったら、綿棒などで取り出す

- 異物が入っているとふたが完全に閉まらず、蒸気がもれたり、炊飯中にふたが開いて、やけど･けがの原因になります。
- ふたを閉めたときにご飯粒が入っていると、固まってふたが開かなくなることがあります。

## 蒸気口・蒸気口取付け部　炊飯のたびにお手入れしてください

本体からはずして蒸気口の中を水洗いする

- 蒸気口の中の汚れは、ご飯のにおいの原因になります。また、ふきこぼれたり、ふたを開けたときに水がたれることがあります。

蒸気口取付け部はおねばが付きやすいので、かたくしぼったふきんで汚れをふきとる

### 本体からはずす

上方に引っ張る

取り付けるときは、押し入れる

### 開ける

ケースとキャップをつかみながら

ロックをはずす

### 閉じる

ケースのつめをキャップのあなに差し込み、ロックを確実に閉める

- 蒸気口パッキンがはずれてしまったときは、溝に押し入れてください。

## 本体

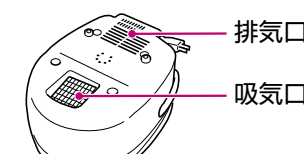
かたくしぼったふきんでふく

## 内釜・しゃもじ・しゃもじ立て・蒸し台

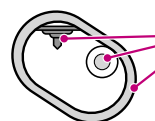
スポンジと台所用中性洗剤で洗う

## 吸気口・排気口

綿棒などでほこりを取る

（つづく）

# お手入れ

## 放熱板・蒸気通路

かたくしぼったふきんでふく
● おねばが付きやすいので、まめにお手入れしてください。

パッキンは
はずせません
無理に引っ張らない。

## ふたの内側・枠

かたくしぼったふきんでふく
● 異物が付いたままふたを閉めると炊飯中にふたが開いて、やけど・けがの原因になります。

## 庫内

かたくしぼったふきんでふく
● 水をかけたり、入れたりしない。

## 温度センサー（2ヶ所）

かたくしぼったふきんでふく
こびりついた汚れは細かいサンドペーパー(600番程度）で軽くみがき、かたくしぼったふきんでふきとる。
● 汚れたまま使うと熱の伝わりが悪くなり、うまくご飯が炊けません。

## 真空吸気口

かたくしぼったふきんや綿棒などでふく
● 真空にするための吸気口です。異物は取り除いてください。
● パッキンははずせません。無理に引っ張らないでください。

## 真空排気口

綿棒などでふく
水滴が出てきて、枠の上にたまっているときは、ふきとってください。

## においが気になったら 煮沸クリーニング

1. 内釜に水を入れ、ふたを閉める
   「白米」の2まで
2. コース / メニューキーで〈白米・ふつう〉に設定し、炊飯キーを押す
   ● 約 30分後に蒸気が出始めます。勢いよく出ますので、注意してください。
3. 保温になったら、切キーを押す
   ● 蒸気が出てこなくなってからふたを開けてください。
4. 本体が冷めたら残った湯を捨て、各部のお手入れをする

● 水以外(洗剤など）は絶対に入れない。
● 連続して煮沸クリーニングしないでください。
● においによっては、完全に落ちないこともあります。



# 内釜の取扱い（末永くお使いいただくために）

内釜のフッ素樹脂加工に、はがれやふくれが生じる原因になりますので、内釜は次のことを守り大切にお使いください。

スプーンや食器など
かたい物を入れない

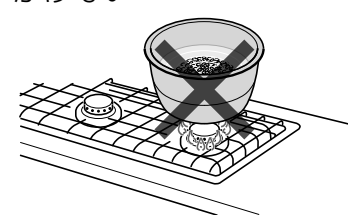
塩・しょうゆなどの調味料を使った炊込みご飯などは保温しない

内釜の中で酢を使わない

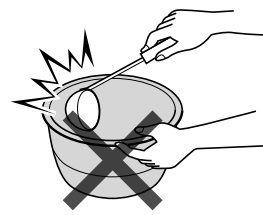
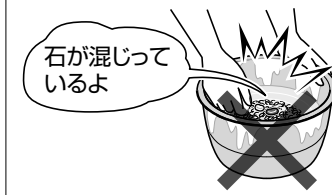
しゃもじやザルなどでたたいたり、こすったりしない

クレンザーや漂白剤、金属たわしやナイロンたわしで洗わない

泡立て器などでお米を洗わない

ガスコンロなどの直火にかけない

電磁調理器などに使用しない

空炊きをしない

金属のおたまを使わない

異物（石など）が混じったまま、お米を洗わない

ご使用にともないフッ素樹脂面に色ムラができることがありますが、衛生上には影響ありません。
安心してお使いください。

※内釜が変形したり、フッ素樹脂に摩耗・はがれ・ふくれが生じたときは、お買い上げの販売店にご相談ください。

# うまくできない / 故障かな？

修理を依頼する前に、一度お調べください。お調べいただいてもわからないときは、東芝家電ご相談センターにお問い合わせください。（47 ページ）

| こんなとき | | 原因 / お調べいただくこと（参照ページ） |
|---|---|---|
| ご飯が | やわらかい<br>べちゃつく<br>ご飯が固まる | ● 水を少なくしたり、メニューを〈しゃっきり〉にして炊いてください。<br>● 炊きあがったらすぐにご飯全体をほぐして、余分な水蒸気を逃がしてください。<br>● 新米は水を少なめにして炊いてください。<br>● 炊飯前に浸したり、予約炊飯の場合はやわらかめになります。<br>● お米を強くといだりザル上げ放置すると、お米が割れてべちゃつく原因になります。<br>● お湯や pH9 以上のアルカリ水を使っていませんか？ |
| | かたい<br>ぱさつく | ● 水を多めにしたり、メニューを〈やわらか〉にして炊いてください。<br>● 硬度の高いミネラルウォーターを使っていませんか？ |
| | こげる<br>※うすいキツネ色のこげは故障ではありません。 | 次の場合はこげやすくなります。<br>● 洗米が不十分なとき。<br>● 浸し時間が長いとき。予約炊飯のとき。<br>● 無洗米を炊いたとき。1 ～ 2 回すすぐとこげがやわらぎます。<br>● 胚芽米を炊飯したり、炊込みご飯などで調味料を入れたとき。 |
| | うまく炊けない | ● 庫内や内ぶたがあたたかいまま炊飯していませんか？人肌程度に冷ましてから炊飯してください。<br>● 早炊きは少し水っぽくなったり、かために炊きあがります。（17 ページ）<br>● 内ぶたに異物が詰まっていたり、温度センサー（2ヶ所）・内ぶたパッキン・内釜のふち・真空吸/排気口に異物が付いていませんか？（10・11ページ）<br>● 内釜・内ぶたが変形したり、内ぶた・蒸気口を付け忘れていませんか？<br>● 炊飯中に停電がありませんでしたか？ |
| | 炊込みご飯が<br>うまく炊けない | ● 具をお米に混ぜていませんか？<br>その他、「炊込みご飯のコツ」（24 ページ）をご覧ください。 |
| 保温のご飯が | 変色する<br>におう | ● 洗米が不十分ではありませんか？<br>● 次のような保温をした。<br>長時間の保温、炊込みご飯、発芽玄米、白米以外のご飯、冷やご飯、しゃもじを入れたまま<br>● 長時間の予約炊飯をしていませんか？（15 ページ）<br>● 本体が汚れていませんか？とくに内ぶた・フィルター・蒸気口は炊飯のたびにはずして洗い、水分をよくふきとってください。また蒸気通路の水分も毎回ふきとってください。（38 ～ 40 ページ）<br>● 保温が途中で切れていませんか？<br>保温中に内釜を取り出した、誤って切キーを押した、長時間の停電により電源が切れた |
| | 乾燥する | ● 内ぶたパッキン・内釜のふち・本体の枠の上に異物が付いていませんか？（しっかりふたが閉まっていない）<br>● 内釜の外面・温度センサーに異物が付いていませんか？<br>● 蒸気口は確実に付いていますか？<br>● 長時間の保温や再加熱をくり返していませんか？ |
| | べちゃつく | ● ご飯粒が内釜側面に残らないように中央に寄せてください。<br>● 保温中にときどきご飯をまぜてください。 |



| こんなとき | | 原因 / お調べいただくこと（参照ページ） |
|---|---|---|
| 炊飯中・炊飯後 | 蒸気がもれる<br>※炊きあがってから確認してください。 | ● 内ぶた・クランプ部に異物が付いていませんか？（38・39 ページ）<br>● 内ぶたパッキン・内釜のふち・枠の上に異物が付いていませんか？（10 ページ）<br>● 内ぶたパッキンが傷んでいたり、内ぶた・内釜が変形していませんか？<br>● 内ぶたは確実に付いていますか？（38 ページ） |
| | ふきこぼれる | ● お米が少なかった。水が多かった。洗米が不十分。<br>● おかゆや玄米を白米コースで炊いた。<br>● 温度センサー（2ヶ所）に異物が付いていませんか？<br>● 蒸気口の中は汚れていませんか？<br>● 蒸気口・内ぶた・フィルターが付いていなかった。<br>● 内ぶたに異物が詰まっていませんか？（38 ページ） |
| | 内釜に薄い膜ができる | ● オブラート状の薄い膜は、米のうまみ成分（デンプン質）が溶けて乾燥したもので、異常ではありません。 |
| | 中央部がくぼむ | ● かまど炊き本来の、ご飯を包み込んで炊きあげる炊飯方式のためです。<br>● フィルターを付けないと、中央部がくぼむことがあります。 |
| | ふたを開けると水滴が落ちる | ● ふたを開けるタイミングや室温などにより、水滴が枠などに落ちることがあります。気になるときはふいてください。 |
| | 内釜側面や内ぶたにご飯粒が付く | ● フィルターを付けないと、真空を解除するときに米粒が飛び散ることがあります。 |
| ふたの開閉 | 開くのに時間がかかる | ● 密閉度が高いため、フックボタンを押してからふたが開くまで、少し時間がかかります。とくに、保温中など本体が温かいと、冷えているときよりも時間がかかります。 |
| | 閉まりにくい<br>閉まらない | ● 内釜の密閉度が高いため、閉まりにくく感じることがあります。とくに、保温中など本体が温かいと、冷えているときよりも閉まりにくくなります。<br>ふたの先端中央を「カチッ」と音がするまで押してください。<br>● 内ぶたは付いていますか？付け忘れ防止のため、内ぶたが付いていないとふたは閉まりません。<br>● 内ぶたの下部にある差込み部は、確実に差し込まれていますか？（2 ヶ所）（38 ページ）<br>● クランプ部のあなの中に異物が入っていませんか？（39 ページ）<br>● 内ぶたに異物が詰まっていませんか？（38 ページ）<br>● ふたを閉めてから炊飯キーを押してください。（11 ページ） |
| | 炊飯中にふたが開く | ● ふたの先端中央を「カチッ」と音がするまで押してください。<br>● クランプ部のあなの中に異物が入っていませんか？（39 ページ）<br>● ふたを閉めてから炊飯キーを押してください。（11 ページ） |
| | フックボタンを押してもふたが開かない | ● 安全のため、炊飯中はフックボタンを押しても開きません。切キーを押して炊飯をやめるとふたを開けることができます。<br>● 真空保温中にフックボタンランプが点灯しているときは、真空を解除するためにフックボタンを 2 回押さないとふたが開きません。（7 ページ）<br>● フックボタンが重くてふたが開かないときは、無理にフックボタンを押して開けようとせずに、切キーを押して、本体が冷めて圧力が下がるまでお待ちください。（約 40 分）ふたが開いたら、内ぶた・クランプ部のあなの中の異物を取り除いてください。（38・39ページ）<br>● 切キーを押して本体が冷えた後、フックボタンを押してもふたが開かないときは、お買い上げの販売店にご相談ください。 |
| 予約 | すぐ炊飯を始めた<br>予約時刻に炊けない<br>予約できない | ● 1 ～ 2 時間以内の予約は、すぐに炊飯を始めます。<br>● 午前と午後を間違えていませんか？時計は 24 時間表示です。<br>● 現在時刻が違っていませんか？リチウム電池が消耗していませんか？（44 ページ）<br>● 室温や水温が低いときは、炊きあがりが 10 分ほど遅れる場合があります。<br>● 予約をセットしたときに、内釜は入っていましたか？<br>● 予約のセットを忘れたり、最後に炊飯キーを押し忘れていませんか？ |



（つづく）

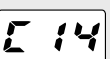
# うまくできない / 故障かな？

| | こんなとき | 原因 / お調べいただくこと　(参照ページ) |
|---|---|---|
| キー・表示 | キー操作ができない | ●電源プラグは差し込んでありますか？内釜はセットされていますか？<br>●表示部に「C10」や「F01」などの表示が出ていませんか？（46 ページ）<br>●〈パン発酵〉などの調理コースは予約できません。 |
| | 使用中に ランプが消えている | ●使用中に内釜を取り出すと、電源が切れます。<br>●誤って切キーを押したり、長時間の停電があると電源が切れます。 |
| | フックボタンランプが 点灯しない 真空にならない | ●庫内や内ぶたがあたたかいまま炊飯していませんか？（10 ページ）<br>●保温中の点灯については 13 ページをご覧ください。 |
| | 保温経過時間が点滅する | ●長時間保温しすぎのお知らせです。保温を中止してください。(13 ページ) |
| | 炊きあがる前に切キーを押したら、表示が変わった（残時間表示になった） | ●ふたのロックを解除するため、ふたを開けられるまで少し時間がかかります。詳しくは「途中でふたを開けるとき」(13 ページ) をご覧ください。 |
| | 《リチウム電池の消耗》 表示が消えた 0:00 で点滅する | ●本体内部に固定されているリチウム電池が切れています。<br>電源プラグを差し込み、切キーを押すと 0:00 の点滅が止まり、通常通りに使えます。予約炊飯のときは毎回、現在時刻を合わせてください。電源プラグを差し込んでいる間は、時計が動きます。<br>**電池の取り替えは、お買い上げの販売店にご依頼ください。(有料)**<br>電池は本体内部に固定されており、お客様自身では交換できません。<br>本体を分解しないでください。 |
| その他 | 使用中に音がする ※右の場合は故障ではありません。 | ●「カチャ」音は、圧力を調整するための動作音です。「ジー」音は、通電音です。「シュー」音は、蒸気口から蒸気が出る音です。「ブーン」音は、内部の熱を外へ逃がすためのファンが回る音です。<br>●炊飯開始時、予約セット時、真空保温時の「ブーン」音は、真空ポンプが作動する音です。真空保温時の「ブーン」音が気になる場合は、真空ポンプが作動しない〈保温〉に切りかえることができます。(12 ページ)<br>●真空保温中（フックボタンランプ点灯中）にフックボタンを押すと、真空を解除するため「カチャカチャ」音がします。<br>●真空ポンプに吸い込まれた水蒸気が水となって排出されるときに、「ブブブ」と真空ポンプの音とは少し違った音がします。 |
| | プラスチックなどの においがする | ●使い始めはにおうことがありますが、ご使用とともに少なくなります。<br>→ 気になるときは、煮沸クリーニングをしてください。(40 ページ) |
| | 本体とふたのすきまが大きい | ●炊飯中は圧力により、すきまが少し広がりますが異常ではありません。 |
| | 内釜外面の塗装が傷ついた、汚れた | ●ご使用にともない、内釜の外面の塗装が傷ついたり、汚れたりすることがありますが、炊飯や保温をする上で問題なくご使用いただけます。 |
| | 電源プラグを抜き差ししたときに光がでる | ●本体内部の電気部品に電気が流れるためです。故障ではありません。 |
| | 炊飯中・調理中に ブレーカーが落ちた | ●他の電気製品と同時に使用すると、定格を超えてブレーカーが働くことがあります。単独のコンセントをお使いください。 |

## ■停電したとき

停電復帰後、再び炊飯や保温を続けます。
ただし、うまく炊けなかったり、電源が切れたり、予約の炊きあがりが遅れたりすることがあります。
途中で電源プラグを抜いたり、ブレーカーが働いたときも同じです。
※炊飯中や下ごしらえ中に停電などにより電源が切れると、蒸気口から勢いよく蒸気が出ることがありますのでご注意ください。フックボタンが重いときはふたを開けないでください。



| | こんなとき | 原因 / お調べいただくこと　(参照ページ) |
|---|---|---|
| 調理 | 調理時間が長い 設定時間が減らない | ●設定時間は調理温度になってからの時間です。温度が上がるまでの時間の分、実際に調理にかかる時間は設定時間よりも長くなります。(21 ページ) |
| | うまくできない | ●材料の種類や計量のしかたで、でき具合が異なります。作り方を確認したり、調理時間を変えてください。お好み調理のときは、調理温度も変えてみてください。<br>●次の場合はうまくできないことがあります。<br>ふたが確実に閉まっていない、蒸気がもれている（43 ページ）、<br>温度センサー（2 ヶ所）に異物が付いている、内釜が変形している、<br>できあがったものを内釜に入れたままにした、停電があった（44 ページ） |
| | 蒸し調理 | ●蒸し水が少なすぎると途中で電源が切れたり、多すぎると調理時間が長くなります。蒸し水は「白米」の水位目盛 2 まで入れてください。 |
| | パック調理 | ●材料と調味料を耐熱袋に入れたら、しっかり空気をぬいて口をしばってください。その他、「パック調理について」(22 ページ) をご覧ください。 |
| パン | ふくらみが悪い | ●こね不足。発酵時間が短い。生地の温度が低かった。 |
| | きめが粗く、パサつく | ●発酵時間が長すぎた。粉が古かった。 |
| | 表面がベタつく | ●焼きあがったらすぐに取り出してください。 |
| | パンの断面がつぶれる | ●人肌まで冷ましてから切ってください。 |
| | 上面が白い しわができる | ●上面からの加熱がないため上面が白く、しっとりしたパンになります。<br>また、しわもできやすくなります。 |
| ケーキ | 上面に焼き色がつかない | ●上面からの加熱がないため、上面に焼き色がつきません。 |
| | うまくできない | ●卵の泡立ては、筋がかけるくらいしっかりと泡立ててください。 |
| 下ごしらえ | ふきこぼれる | ●内釜に入れる量を守ってください。(37ページ)<br>●調味料や豆類を使った調理はしないでください。<br>その他、「炊飯中…ふきこぼれる」の項目をご覧ください。(43 ページ) |
| 温泉卵 | ちょうどよいかたさにならない | ●設定時間を短くするとやわらかめに、長くするとかためになります。<br>卵の大きさや温度、水の量や温度によってできあがりは変わります。 |
| 豆腐 | やわらかい 固まらない | ●水切りしないので、スプーンですくって食べるくらいのやわらかさになります。冷蔵庫で冷やすと、温かいときよりも少しかための食感になります。<br>●調整タイプの豆乳ではできません。<br>大豆固形分 8%以上の、無調整豆乳をお使いください。<br>●豆乳とにがりを均一にムラなく、しゃもじなどで混ぜ合わせてください。<br>●材料の種類や分量により固まりにくいことがありますので、設定時間を追加したり、にがりの量を増やしてください。 |
| ヨーグルト | 固まらない | ●固まり始めたときに混ぜたりゆすったりすると、固まらなくなることがあります。<br>●容器が汚れていたり、牛乳が古かった。<br>●できあがったヨーグルトを種にしないでください。<br>●市販のヨーグルトによっては固まりにくいものがありますので、調理温度や調理時間を調整してください。 |

次の場合は、お買い上げの販売店または東芝家電修理ご相談センターにご相談ください。(47 ページ)
- 誤って内釜を入れずに水やお米を本体に入れてしまったとき。
- 誤って内釜・内ぶたを落としたり、ぶつけたりして変形・破損したとき。
- プラスチック部品やパッキン類が傷んできたとき。（数年間のご使用で傷んでくることがあります）

# エラー表示

切キーを押して電源プラグをコンセントから抜き、下記に従って処置を行ってください。

| エラー表示 | お調べいただくこと / 処置のしかた | 表示の解除 |
|---|---|---|
| C 10 | ● 本体底部の吸・排気口のほこりを取り除いてください。<br>● 紙や布などのやわらかいものの上など、吸・排気口をふさぐような場所で使わないでください。 | 処置後、電源プラグを差し込み 切(取消) を押す<br>（エラー表示解除）<br>↓<br>庫内・内釜・内ぶたを人肌程度まで冷ましてから再開してください。 |
| C 11 | ● 温度センサーや内釜の底についているご飯粒などの異物や汚れを取り除いてください。<br>● 水の量が多くありませんか？（水を少なくしてください） | |
| C 14 | ● 電源が 200V 用コンセントではありませんか？<br>**→電源プラグを 100V 用コンセントに差し込んでください。** | |
| F 01 ～ F 14 | ● 故障の表示です。<br>**→お買い上げの販売店に修理をご依頼ください。** | |

# 仕 様

| 形名 | | RC-10VSA | RC-18VSA |
|---|---|---|---|
| 電源 | | 交流 100V　50-60Hz 共用 | |
| 消費電力（炊飯） | | 1250W | 1400W |
| 消費電力（保温） | | 平均 26.9W | 平均 32.1W |
| 寸法 | 幅 | 27.0cm | 30.1cm |
| | 奥行 | 37.4cm | 40.1cm |
| | 高さ | 23.4cm | 26.5cm |
| 質量 | | 6.5kg | 8.1kg |
| コードの長さ | | 1.0m | 1.0m |

| 形名 | RC-10VSA | RC-18VSA |
|---|---|---|
| 最大炊飯容量 | 1.0L | 1.8L |
| 区分名 | B | D |
| 蒸発水量 | 52.4g | 68.5g |
| 年間消費電力量 | 120kWh/ 年 | 183kWh/ 年 |
| 1 回当たりの炊飯時消費電力量 | 220Wh | 290Wh |
| 1 時間当たりの保温時消費電力量 | 26.9Wh | 32.1Wh |
| 1 時間当たりの予約時消費電力量 | 1.4Wh | 1.6Wh |
| 1 時間当たりの待機時消費電力量 | 0.87Wh | 0.87Wh |

● 年間消費電力量は、省エネ法・特定機器「電気ジャー炊飯器」の測定方法による数値です。（区分名も同法に基づいています）
● 蒸発水量は 1 回当たりの炊飯時に本体外へ放出した水の質量であり、省エネ法の目標基準を算出するために用いる数値です。
● 1 回当たりの炊飯時消費電力量は、白米・ふつうコースの時の電力量です。
● 実際にお使いになる時の消費電力量は、使用頻度・使用時間・お米の量・ご使用のコース・周囲の温度などによって変化しますので、あくまでも目安としてご覧ください。
● この商品は日本国内用に設計・販売しています。電源電圧や周波数の異なる国では、使用できません。海外での修理や部品販売などのアフターサービスも対象外となります。

圧力炊飯するため、PS マークと SG マークを取得しています。

PS マーク
経済産業省が定めた「消費生活用製品安全法」の家庭用の圧力なべ及び圧力がまの安全基準に適合していることを示します。

SG マーク
製品安全協会が定めた「家庭用の圧力なべ及び圧力がまの認定基準」に適合したことを示し、万一の製品の欠陥による人身事故の危害防止とその救済の補償をする表示です。



# 保証とアフターサービス

必ずお読みください

## ご不明な点や修理に関するご相談は

**修理に関するご相談ならびに、お取り扱い・お手入れに関するご不明な点は　お買い上げの販売店にご相談ください。**

販売店に修理のご相談ができない場合
**東芝家電修理ご相談センター**
フリーダイヤル 0120-1048-41
携帯電話・PHSからのご利用は
東日本地区（北海道、東北、関東、甲信越、東海、沖縄県）044-543-0220
西日本地区（　上記以外　）06-6440-4411

電話で 24時間 365日 お応えします

お買い物・お取り扱いのご相談
**東芝家電ご相談センター**
フリーダイヤル 0120-1048-86
携帯電話・PHSからのご利用は　03-3426-1048
FAX　03-3425-2101（365日：8:00～20:00受付）

• 「東芝家電修理ご相談センター」「東芝家電ご相談センター」は東芝テクノネットワーク株式会社が運営しております。
• お客様からご提供いただいた個人情報は、修理やご相談への回答、カタログ発送などの情報提供に利用いたします。
• 利用目的の範囲内で、当該製品に関連する東芝グループ会社や協力会社にお客様の個人情報を提供する場合があります。

## 保証書（一体）

● 保証書は、この取扱説明書の裏表紙に記載されています。
● 保証書は、必ず「お買い上げ日・販売店名」などの記入をお確かめのうえ、販売店から受け取っていただき、内容をよくお読みの後、大切に保管してください。
● **保証期間はお買い上げの日から本体は 1 年間、内釜内面フッ素樹脂加工は 3 年間です。**

## 補修用性能部品の保有期間

● 保温釜の補修用性能部品の保有期間は製造打ち切り後 6 年です。
● 補修用性能部品とは、その商品の機能を維持するために必要な部品です。

## 部品について

● 修理のために取りはずした部品は、特段のお申し出がない場合は弊社にて引き取らせていただきます。
● 修理の際、弊社の品質基準に適合した再利用部品を使用することがあります。

## 修理を依頼されるときは　持込修理

● 42 ～ 46 ページに従って調べていただき、なお異常があるときは、切キーを押して使用を中止し、必ず電源プラグをコンセントから抜いて、お買い上げの販売店にご連絡ください。

### ■保証期間中は

保証書の規定に従って、販売店が修理させていただきます。なお、修理に際しましては、保証書をご提示ください。

### ■保証期間が過ぎているときは

保証期間経過後の修理については、お買い上げの販売店にご相談ください。修理すれば使用できる場合は、ご希望により有料で修理させていただきます。

### ■修理料金のしくみ

| 修理料金は技術料・部品代などで構成されています。 | |
|---|---|
| 技術料 | 故障した商品を正常に修復するための料金です。 |
| 部品代 | 修理に使用した部品代金です。 |

| 便利メモ | お買い上げ日 | 年　月　日 |
|---|---|---|
| | お買い上げ店名 | 電話（　　） |

愛情点検

**長年ご使用の保温釜の点検を！**

定期的に「安全上のご注意」「お願い」を確認してご使用ください。誤った使いかたや長年のご使用による熱・湿気・ほこりなどの影響により部品が劣化し、故障や事故につながることもあります。

**こんな症状はありませんか。**
電源プラグやコンセントにたまっているほこりは取り除いてください。

● 電源プラグ・コードが異常に熱くなる。
● 本体からコゲくさいにおいがする。
● 本体の一部に割れ、ゆるみ、がたつきがある。
● 内釜・ふた・内ぶたが変形、破損している。
● 炊飯中・調理中、底部のファンが回っていない。
● その他の異常・故障がある。

ご使用中止

故障や事故防止のため、使用を中止し、電源プラグをコンセントから抜いて、必ずお買い上げの販売店に点検・修理をご相談ください。

# 東芝真空圧力IH保温釜保証書

持込修理

| 形名 | RC-10VSA, RC-18VSA | |
|---|---|---|
| ★お客様 お名前 | ふりがな　　　　　　　　　　　　　　　　　　様 | |
| ご住所 | 〒□□□-□□□□ | |
| 電話 | 市外　　市内　　番号　　呼 | |
| 保証期間 | 本体1年<br>内釜内面フッ素樹脂加工3年 | ★お買い上げ日<br>年　　月　　日から |
| ★ご販売店 | 住所・店名<br>電話 | |

※この保証書は、本書に明示した期間、条件のもとにおいて無料修理をお約束するものです。したがってこの保証書によって保証書を発行している者（保証責任者）、およびそれ以外の事業者に対するお客様の法律上の権利を制限するものではありません。

※保証期間経過後の修理、補修用性能部品の保有期間について詳しくは取扱説明書をご覧ください。

**東芝コンシューママーケティング株式会社** 家電事業部　レンジ・調理機器部
〒101-0021　東京都千代田区外神田2-2-15（東芝昌平坂ビル）　電話（03）3257-6163

本書は、取扱説明書、本体貼付ラベルなどの記載内容にそった正しいご使用のもとで、保証期間中に故障した場合に、本書記載内容にそって無料修理をさせていただくことをお約束するものです。
保証期間中に故障が発生したときは、本書と商品をご持参のうえ、お買い上げの販売店に修理をご依頼ください。
修理の際、弊社の品質基準に適合した再利用部品を使用することがあります。
★印欄に記入がないときは無効です。本書をお受け取りの際は必ず記入をご確認ください。また、本書は再発行しませんので紛失しないように大切に保管してください。

1. 保証期間内でも次の場合には有料修理になります。
   （イ）誤ったご使用や不当な修理・改造で生じた故障、損傷。
   （ロ）お買い上げ後の落下や輸送などで生じた故障、損傷。
   （ハ）火災、天災地変（地震、風水害、落雷など）、塩害、虫害、ガス害、異常電圧で生じた故障、損傷。
   （ニ）本書のご提示がない場合。
   （ホ）本書にお買い上げ年月日、お客様名、販売店名の記入のない場合、あるいは字句が書きかえられた場合。
   （へ）一般家庭用以外（たとえば業務用など）に使用された場合の故障、損傷。
   （ト）ご使用による容器の汚れ、キズ。
   （チ）下記の使い方をした場合の内釜内面フッ素樹脂加工のふくれ、はがれなど。
   - 金属製のおたま、スプーン、泡立て器、食器などかたいものを入れたり、使った場合。
   - 内釜のお手入れの際に金属たわし、ナイロンたわしなどを使用した場合。
   - 台所用中性洗剤以外の洗剤や漂白剤、クレンザーを使った場合。
   - 内釜の中で酢を使った場合。
   - 白米以外（みそ汁、カレー汁等の汁物や炊込みご飯など）の保温をした場合。
   - お買い上げ後の落下や輸送などで生じたへこみ。
   - その他取扱説明書、本体貼付ラベルなどの記載事項にそわない使い方をした場合。
2. 出張修理を行った場合には出張に要する実費を申し受けます。
3. 修理のために取りはずした部品は、特段のお申し出がない場合は弊社にて引き取らせていただきます。
4. 本書は日本国内においてのみ有効です。
   This warranty is valid only in Japan.
5. ご転居またはご贈答品などで、お買い上げの販売店に修理がご依頼できない場合には、東芝家電修理ご相談センターへご相談ください。

| 修理メモ 修理年月日 | 修理内容 | 担当 |
|---|---|---|
| 年　月　日 | | |
| 年　月　日 | | |

- 保証書にご記入いただいたお客様の住所・氏名などの個人情報は、保証期間内のサービス活動およびその後の安全点検活動のために利用させていただく場合がございますので、ご了承ください。
- 修理のために、当社から修理委託している保守会社などに必要なお客様の個人情報を預託する場合がございますが、個人情報保護法および当社と同様の個人情報保護規程を遵守させますので、ご了承ください。

**東芝コンシューママーケティング株式会社**
家電事業部
〒101-0021　東京都千代田区外神田2-2-15（東芝昌平坂ビル）